

Ta sama od lat fryzura, niezmienny styl ubierania się. Grażyna Torbicka już dawno postawiła na klasyczną elegancję.

jako prezenterka, a nie jako aktorka. A co sprawiło, że to właśnie ta amatorka stała się gwiazdą? Prawdopodobnie to, że jej wielbiciele widzieli w niej dziewczynę z sąsiedztwa, która każdemu kogoś przypomina. Obecnie Kasia bardzo pracuje nad zmianą stylu. Przyszłość pokaże, czy dobrze robi.

Anna Popek zdobywa fanów sposobem bycia. Miła i ciepła natychmiast zjednuje sobie sympatię. Widzom podoba się też jej eksperymentowanie z różnymi stylami, świadczące o sporej fantazji.

Poza konkurencją

Dorota Wellman jest osobą, która w ogóle nie powinna zrobić kariery na wizji. Niezbyt wysoka, z figurą mocno różniącą się od obowiązujących kanonów. A jednak szturmem podbiła telewizję. Zawdzięcza to przebojowości, poczuciu humoru i olbrzymiemu dystansowi do siebie. Widzowie ją naprawdę kochają, a nie jedynie podziwiają, jak wielu innych celebrytów.

IWONA LEOŃCZUK



W Katarzynie Cichopek matki widziały idealną dziewczynę dla swoich synów. Synom obdarzona walorami dziewczyna też się od razu spodobała.



Triumf treści nad formą. Dorota Wellman to jedna z najbardziej interesujących gwiazd.

Dla kobiet i kropka

FILMBOX

Kolejny film naszego cyklu dowodzi, że czasem warto zdać się na przeznaczenie.



W pewien grudniowy wieczór drogi Jonathana i Sary krzyżują się. Spędzają kilka godzin razem i powoli dochodzą do wniosku, że są sobie przeznaczeni. Jednak przypadek, który doprowadził do ich spotkania, sprawia, że rozstają się. – *Jeśli mamy być razem, na pewno się jeszcze odnajdziemy* – mówi na pożegnanie Sara. Mijają lata. Jonathan planuje ślub z inną kobietą. Sara związała się z innym mężczyzną. Obydwojgu wciąż czegoś w życiu brakuje i dlatego wracają myślami do tamtego dnia i zadają sobie pytanie: *Co by było, gdyby wtedy wszystko potoczyło się inaczej?* I wtedy znów do akcji wkracza przewrotny los... W głównych rolach zobaczymy Kate Beckinsale i Johna Cusacka.

Igraszki losu
FILMBOX
19:00
PO 29.11

REKLAMA

DOBRA POŻYCZKA
GOTÓWKOWA

TYLKO 2,99% ROCZNIE*

DLA CIEBIE
I TWOICH BLISKICH

- pewność i zaufanie od 9 lat
- najniższe roczne oprocentowanie
- bez zaświadczeń z US i weryfikacji w BIK
- na dowolny cel
- pożyczki od 25 do 300 tys. złotych

Przykładowa tabela rat na okres do 30 lat*

25 tys. zł	rata 155,27 zł
75 tys. zł	rata 465,80 zł
150 tys. zł	rata 931,60 zł
300 tys. zł	rata 1863,19 zł

www.dobrapozyczka.com.pl



INFOLINIE: z tel. stacjonarnych 801 003 160 z tel. komórkowych 608 921 608**

Nasi Doradcy czekają w 33 oddziałach w całej Polsce - zadzwoń:

BIAŁYSTOK	85 6537060	KRAKÓW I	12 4331035	POZNAŃ	61 8352234
BIELSKO BIAŁA	33 8164346	KRAKÓW II	12 4261081	RADOM	48 3623123
BYDGOSZCZ	52 3455123	KROSNO	13 4251343	RZESZÓW	17 8621320
BYTOM	32 7876109	LUBIN k/Wrocławia	76 8443302	SŁUPSK	59 8485305
CZĘSTOCHOWA	34 3611475	LUBLIN	81 5323237	SZCZECIN	91 3594053
GDAŃSK	58 3074316	ŁOMŻA	86 2166111	ŚWIDNICA	74 8519763
GLIWICE	32 2315611	ŁÓDŹ	42 6319370	TARNÓW	14 6277175
KALISZ	62 7671009	NOWY SĄCZ	18 4145353	WARSZAWA I	22 4203340
KATOWICE I	32 7826060	OLSZTYN	89 5321060	WARSZAWA II	22 5929460
KATOWICE II	32 2000434	OPOLE	77 4022005	WROCŁAW	71 7970370
KIELCE	41 3434711	PŁOCK	24 2623229	ZAMOŚĆ	84 6392720

Reklama nie stanowi oferty handlowej w rozumieniu kodeksu cywilnego. *RRSP dla przyjętych założeń wynosi 7,08% **koszt połączenia wg. stawki operatora

Polska polityka i polskie media nie mają ostatnio dobrej opinii. Czy nie myśli Pan sobie czasem: jaka szkoda, że nie zostałem tłumaczem? Jest Pan przecież z wykształcenia iberystą.

Ja nie mógłbym tłumaczyć książek, bo mój temperament nie pozwala mi zajmować się takimi rzeczami. Zwariowałbym.

Nawet gdyby to były powieści sensacyjne?

Nawet wtedy. Praca tłumacza jest pracą wymagającą skupienia, zorganizowania. To ciężka rzemieślnicza robota, godzina po godzinie, dzień po dniu. Ja się do tego kompletnie nie nadaję. Cierpliwości starcza mi na tłumaczenie krótkich rzeczy.

A nie nuży Pana czasem to, czym Pan się zajmuje?

Czyli polityka?

No właśnie. Ja odnoszę wrażenie, że nasza polityka doszła do momentu, kiedy można mieć jej serdecznie dosyć.

Rzeczywiście tak się porobiło, że polityka, rozumiana jako komentowanie waśni, słownych połajanek, pogróżek czy kłótni, jest ważną częścią polskich serwisów medialnych. My jesteśmy bardzo rozpolitykowani. I jako media, i jako społeczeństwo. W dojrzałych krajach polityka w ten sposób nie jest obecna. Tam media nie zajmują się tym, co jeden polityk powiedział o drugim, bo to są rzeczy marginalne, które nikogo nie obchodzą. Tam wysłuchujemy głosu szefa koalicji rządzącej, na który odpowiada szef opozycji. Ale wypowiadają się oni w konkretnej i ważnej sprawie. Zaś nasi politycy pełnią rolę gladiatorów medialnych, którzy walczą ze sobą, a dziennikarze to relacjonują. Jest wielu polityków, którzy w ogóle nie zajmują się tym, czym powinni się zajmować politycy.



Jarosław Gugała

Mógł zostać tłumaczem, ale bał się, że zwariuje. Jest więc dziennikarzem i ze spokojem patrzy na postępujące szaleństwo polskiej polityki. A w wolnych chwilach koncertuje z zespołem.

Musimy się wygadać

A czym powinni się zajmować?
Wytyczaniem szlaków, jakimi powinni iść ludzie, i rozwiązywaniem wspólnych problemów. A u nas zajmują się głównie walką o władzę i wyrabianiem sobie poparcia w sondażach.
Ale dzieje się tak przy olbrzymim udziale mediów.
Bo media są niedojrzałe i nie potrafią wymusić na politykach odpowiednich zachowań. Sprawy dotyczące pewnych konceptów społecznych nie przez wszystkich są zrozumiałe. Jeżeli media chcą przyciągać dużą liczbę odbiorców, muszą mówić o rzeczach, które ci odbiorcy są w stanie odebrać. A gdy politycy się pokłócą, to wyjdzie fajny program i będzie emocja, która jest zrozumiała przez każdego widza.
Nie miewa Pan kaca z tego powodu?
Nie, bo tacy jesteśmy jako społeczeństwo. Mamy demokrację zaledwie od 20 lat. Wcześniej żadna normalna debata publiczna nie była możliwa. Przez 50 lat milczeliśmy, więc teraz musimy się wygadać. Gdy moja córeczka była malutka, to buzia jej się nie zamykała, non stop mówiła do swoich laleczek, do mnie, do mamy. Ponieważ uczyła się w zagranicznej szkole, to w pewnym momencie znała trzy języki, którymi posługiwała się równolegle. I gadała w tych trzech językach naraz. A teraz, kiedy już dojrzała, jest osobą małomówną i jeśli już coś mówi, to rzeczowo i konkretnie, a przede wszystkim o rzeczach istotnych. My jesteśmy na etapie mojej córeczki, gdy miała 10 lat. Musimy gadać i gadać w nieskończoność. I jesteśmy bardzo rozgadani, ale jednocześnie szalenie nieuporządkowani. I dlatego nasze debaty często przypominają jarmark.
I od tego jarmarku ucieka Pan w łagodne brzmienie muzyki? Dla radiowej Trójki przygotował Pan w zeszłym roku kolekcję swoich ulubionych nagrań. Wszystkie bardzo spokojne…
Było też kilka szybkich i drapieżnych. Ja jestem z pokolenia, w którym się słuchało piosenki poetyckiej, z tekstem, w którym coś było istotnego. Wychowałem się na Wysockim, Okudżawie, Leonardzie Cohenie. Wciąż słucham takiej muzyki. No i oczywiście cały czas gram z Zespołem Reprezentacyjnym. Dopiero co daliśmy koncerty w Krakowie i Katowicach. Atmosfera była świetna. Po koncercie w Katowicach publiczność z nami została i chyba przez godzinę rozmawialiśmy. O takich rzeczach, o których z panią teraz rozmawiam. Okazuje się, że są ludzie, którzy mają serdecznie dosyć tej sieczki, badziewia, bezwartościowego zalewu przypadkowych dźwięków i rytmów i szukają czegoś więcej. Bo oni wciąż istnieją, nie wymarli, ale mają już dosyć pomijania. Bo na przykład my z jednej strony dostajemy złotą płytę za, wydawałoby się niszową, twórczość Georgesa Brassensa po polsku, a z drugiej strony w tej chwili mamy problem, żeby znaleźć miejsce w Warszawie na koncert, na który mogłoby przyjść kilkaset osób.



Jarosław Gugała

Ma 51 lat. Ma dwoje dzieci – córkę i syna. Jest absolwentem iberystyki na Uniwersytecie Warszawskim oraz doktorem nauk ekonomicznych. W 1989 r. rozpoczął pracę w „Wiadomościach". W 1999 r. został ambasadorem RP w Urugwaju – spędził w tym kraju 4 lata. Od 3 lat jest szefem „Wydarzeń". Jego pasją jest muzyka. W czasie studiów na UW wraz z kolegami (m.in. z Filipem Łobodzińskim – na zdj.) założył Zespół Reprezentacyjny. Gra na pianinie, czasem na gitarze, śpiewa. Największe przeboje grupy to „Król", „Dzielna Margot" czy „Jestem mały miś".

No bo niektórym specom od kultury wydaje się, że Polacy chcą słuchać tylko Dody.
Ja akurat będę jej bronił. Prowadziłem kiedyś imprezę, w czasie której był koncert Dody. Ona bardzo dobrze śpiewa, świetnie wygląda, potrafi tańczyć. Jest super profesjonalna pod każdym względem. Osobiście do niczego nie potrzebuję tego, co ona robi. Mnie to nie rajcuje, więc nie słucham, ale doceniam ją i szanuję. Gdyby urodziła się w Stanach Zjednoczonych, to ze swoją aparycją i talentem byłaby megagwiazdą i zarabiałaby dziesiątki milionów dolarów. Nie ma mniejszego potencjału niż np. Madonna, a moim zdaniem jest ładniejsza. Ale nie zmienia to faktu, że nie wszyscy są zainteresowani muzyką pop. Był niedawno Festiwal Chopinowski i były tłumy, czyli ludzie potrzebują tego od czasu do czasu.

> *Gdy politycy się pokłócą, to wyjdzie fajny program i będzie emocja, która jest zrozumiała przez każdego widza.*

Faktem jednak jest, że obecnie osób, którym nie wystarcza kultura masowa, jest mniej niż wtedy, gdy nasze pokolenie kończyło studia.
Dziś ludzie na nic nie mają czasu. Muszą zasuwać od rana do nocy, bo wciąż jesteśmy na dorobku. Jeśli ktoś nie ma mieszkania, a ma żonę i dwoje dzieci, to nie ma kiedy filozofować czy pochylać się nad poezją, bo najpierw musi zarobić na dom. I może być tak, że wieczorem, kiedy mógłby usiąść i coś poczytać, to jest już bardzo zmęczony i jedyne, na co go stać, to włączyć telewizor i popatrzeć na Dodę. Albo na reklamy.
Pan też pracuje od rana do wieczora. Zdarza się Panu odpoczywać?
Ja jestem bardzo przemęczonym człowiekiem i odpoczywam, zmieniając zajęcie. Ponieważ na co dzień pracuję w telewizji, to dla mnie najlepszym odpoczynkiem jest koncert i próba przed koncertem. Wtedy też pracuję, bo wymaga to ode mnie wysiłku i skupienia, ale używam innej części mózgu. Zakładam więc, że ta część, której używam na co dzień, wtedy odpoczywa. A fizycznie po prostu nie odpoczywam.
Niedawno stał się Pan bohaterem tabloidów za sprawą odchudzania.
No bo zacząłem się odchudzać i ktoś zauważył, że już trochę schudłem. Teraz zrobiłem sobie przerwę, bo nieco mnie znużyła dieta wysoko proteinowa, którą stosuję. Ale zaraz do niej wracam. Mam swoje plany, jeśli chodzi o dietę. Chcę osiągnąć taką wagę, jaką miałem na studiach. Trochę mnie jeszcze dzieli od tego celu.
To ja trzymam za Pana kciuki i dziękuję za rozmowę.

Rozmawiała IWONA LEOŃCZUK

Wydarzenia POLSAT 18:50 PT 26.11

FOT. POLSAT (1), AKPA (1)

Celem jest Mistrzostwo Świata

Celem Adama Małysza w obecnym sezonie są Mistrzostwa Świata w Oslo. Czy zakończy karierę sportową? Okaże się w trakcie. Nastroje w drużynie narodowej są bojowe.

KALENDARZ ZIMOWYCH ZAWODÓW W SKOKACH NARCIARSKICH 2010/2011

27 listopada 2010 r. Puchar Świata, Kuusamo, Finlandia, nocne zawody, drużynowe
28 listopada 2010 r. PŚ, Kuusamo, Finlandia, indywidualne
1 grudnia 2010 r. PŚ, Kuopio, Finlandia, nocne zawody, indywidualne
4 grudnia 2010 r. PŚ, Lillehammer, Norwegia, nocne zawody, indywidualne
5 grudnia 2010 r. PŚ, Lillehammer, Norwegia, indywidualne



Kibice, z powodu świetnych wyników w Letnich Zawodach Grand Prix w skokach narciarskich, z nadzieją i wielkim zainteresowaniem czekają na piękną walkę nie tylko naszego mistrza – Adama Małysza, ale również całej naszej drużyny. Na koniec letniego GP trzech Polaków znalazło się w pierwszej piątce. Kamil Stoch zajął drugie miejsce, a „Orzeł z Wisły" był trzeci. Dużą niespodziankę sprawił 20-letni Dawid Kubacki, który uplasował się na piątym miejscu.

Starty niezwykle wysoko ocenia Adam Małysz, niezadowolony jedynie z incydentu, który spotkał go na ostatnich zawodach w Klingenthal. W pierwszej serii konkursu został zdyskwalifikowany za start na czerwonym świetle.

Przygotowania do sezonu zimowego przebiegły podobnie jak rok temu. Po wyleczeniu gardła Adam nadrobił zaległości październiku. Ostatnie badania lekarskie wypadły pozytywnie.

Trenerzy, żeby system i treningi przygotowawcze nie były nużące, wprowadzili kilka drobnych szczegółów. Skoczkowie ćwiczyli na skoczni, mieli treningi siły i dynamiki oraz gry uzupełniające. Jedynym porównawczym sprawdzianem z czołówką światową były skoki w październiku ze Szwajcarami: Simonem Ammannem i Andreasem Küttelem. Drużyna jest dobrze przygotowana fizycznie i podbudowana psychicznie, a celem Adama Małysza jest zdobycie medalu na Mistrzostwach Świata w Oslo.

Skoki narciarskie
TVP 1 15:00 SO 27/11

DATA URODZENIA: 3.12.1977 r.
MIEJSCE URODZENIA: Wisła
WZROST: 170 cm
ZNAK ZODIAKU: Strzelec
DYSCYPLINA: skoki narciarskie
KLUB: KS Wisła Ustronianka
HOBBY: motoryzacja, fotografia cyfrowa, filmy
REKORD ŻYCIOWY: 225 metrów (skok wykonany 23.03.2003 r. w słoweńskiej Planicy)
SUKCESY: czterokrotny zdobywca PŚ (2000, 2001, 2002, 2006); zwycięzca TCS 2000; trzykrotny zdobywca Letniego PŚ (2001, 2004, 2006); 38 razy zajmował 1. miejsce w turniejach PŚ; czterokrotny mistrz świata – na skoczni normalnej w 2001, 2003, 2007, na skoczni dużej w 2003; srebrny i brązowy medal na IO 2002; dwa srebrne medale na IO 2010

Czy po letnim urlopie w Maroku miałeś jeszcze wolne dni lub po prostu odpocząłeś po trudach poprzedniego sezonu?

Adam Małysz: Nie, nie miałem. Zawsze jest trudno o dłuższy urlop, w domu w ciągu roku jestem tylko kilka tygodni. Ale miło wspominam pobyt z rodziną na plaży w Maroku. Dużo zwiedzania, zakupów i prawdziwego wypoczynku.

Jak się żyje i mieszka w nowym domu, który wybudowałeś w Wiśle? Czy masz jakieś swoje specjalne miejsca?

Zdecydowanie lepiej się mieszka, teraz patrzymy z góry i za oknem nie ma prawie fanów okupujących ogrodzenie i bramę. Naprawdę mamy piękną panoramę i widok na całą Wisłę. Co prawda jest ostry i stromy podjazd, ale każdy góral poradzi sobie z tym. Nie ma co narzekać. Jeżeli chodzi o wystrój wnętrza, to jest bardzo podobny do naszego poprzedniego domu, a specjalne miejsce? Na pewno siłownia połączona z sauną. Tym razem basenu nie zrobiliśmy, ponieważ wiem, jak było dawniej – prawie w ogóle z niego nie korzystaliśmy. A jeżeli chodzi o moje wszystkie trofea, medale, pamiątki i odznaczenia, to zostawiłem je w swojej galerii (przyp. red. Galeria Sportowych Trofeów Adam Małysza powstała w Wiśle i można ją odwiedzać codziennie przy ulicy 1 maja 48a. Znajduje się tam, obok medali, również kolekcja sprzętu narciarskiego). | ROBERT SWACZYŃSKI

FOT. TOMASZ JĘDRZEJOWSKI (1), OLIMPIC (1)



Decydująca batalia poznańskiego Lecha

Piłkarze z Poznania są o krok od sprawienia ogromnej sensacji! Mecz z Juventusem może być przepustką do kolejnej fazy Ligi Europejskiej.

Efektowne zwycięstwo 3:1 z Manchesterem City, coraz lepsza forma w polskiej lidze, nowy trener – wszystko to sprawiło, że apetyty w Poznaniu są coraz większe. Kolejna faza Ligi Europejskiej wydaje się być tuż, tuż – wystarczy tylko pokonać Juventus Turyn. Tylko? Czy może aż? Wprawdzie nikt nie ma wątpliwości, że turyńczycy są w kryzysie (brak zwycięstwa w LE, mało przekonująca gra w Serie A), ale to przecież wciąż jeden z najlepszych klubów świata. Potencjał, choć może nie do końca wykorzystywany, Juventus ma przecież ogromny. Takie nazwiska jak Del Piero, Chiellini czy Amauri robią wrażenie na każdym rywalu. Czy zrobią też na zawodnikach Lecha? Pierwszy mecz z Juve (3:3 w Turynie) pokazał, że poznaniacy nie mają kompleksów i nie drżą im nogi nawet na widok największych gwiazd futbolu. Potrafią grać z nimi skutecznie, widowiskowo i bez respektu – o czym najlepiej przekonała się najbogatsza drużyna świata, Manchester City. Jeśli więc Peszko, Stilić, Arboleda i Rudnevs po raz kolejny wzbiją się na szczyty swoich możliwości, są w stanie pokonać Juventus. Zwłaszcza że będą niesieni dopingiem poznańskiej publiczności, od którego – jak wieść niesie – trzęsą się okoliczne domy.

Radość ze zwycięstwa z Manchesterem City rozbudziła apetyty.

Lech – Juventus
TV 4 20:30 ŚR 01.12

REKLAMA

Dobre krążenie to objaw zdrowia. Słabe ukrwienie powoduje różne dodolegliwości – od ciągłego marznięcia, przez zaburzenia erekcji u mężczyzn, po groźne powikłania cukrzycy. Zimne stopy i dłonie, nawet latem, to udręka wielu osób niezależnie od wieku i pory roku. Polscy naukowcy opracowali łatwe w zastosowaniu urządzenie, które przynosi poprawę ukrwienia, wspomaga nerki i wydolność organizmu.

Krążenie to podstawa

ADR-4 to dysk ceramiczny z wbudowanymi silnymi magnesami. Powoduje ważne dla zdrowia zmiany właściwości fizycznych wody zawartej w napojach i pokarmach – zmienia jej strukturę, obniża napięcie powierzchniowe. Polscy naukowcy opatentowali tę technologię jako pierwsi na świecie! Trudno uwierzyć, że postawienie wody na ADR-4 może przynieść poprawę zdrowia, ale badania i, co ważniejsze, tysiące użytkowników potwierdzają skuteczność dysku. Dlatego posiada on europejski certyfikat CE urządzenia medycznego klasy I.
ADR-4 znacznie poprawia krążenie. Najszybciej efekty widzą osoby z marznącymi dłońmi i stopami. Poprawa ukrwienia powoduje lepsze dotlenienie, odżywienie i oczyszczanie organizmu z toksyn. Lepsze krążenie jest istotne dla cukrzyków jako profilaktyka powikłań. Zaćma czy stopa cukrzycowa i idące za nią amputacje to czarny scenariusz zaniedbanej cukrzycy. O dziwo, wielu cukrzyków zauważa zaskakujące dla nich uregulowanie poziomu cukru we krwi oraz ciśnienia. Czasem uzyskiwany efekt porównywalny jest do tego, jaki daje zażycie leków!

ADR-4 przynosi efekty także w niedomaganiach i chorobach nerek. Znacząco poprawia ich pracę, co często znosi obrzęki lub opuchliznę. Można go także używać profilaktycznie, i to niezależnie od wieku.



Stosuje się go bardzo prosto – na ok. 4 min. stawiamy na nim naczynie z wodą lub pokarmem (jak na zdjęciu), spożywamy i... to wszystko. Powinno się go używać regularnie, minimum 2 - 3 szklanki napojów z ADR-4 dziennie. Można stawiać na nim wszystko co jemy, bo każdy pokarm ma conajmniej 40% wody.

Z dysku ADR-4 może korzystać cała rodzina, działa ponad 5 lat, nie wymaga zasilania, a jego koszt to ok. 170 zł.

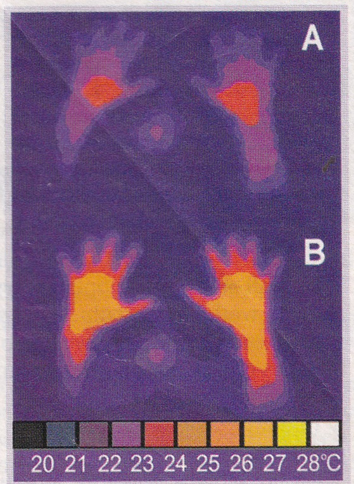
Działanie ADR-4 uzupełnia mały osobisty stymulator magnetyczny ADR Protect (z ang. chronić). Działa on w kontakcie z ciałem. Podkleja się go pod zegarek, na wkładkę buta. Dla jednej osoby wystarcza jeden, gdyż Protect dotykając dowolnej części ciała oddziaływa na cały organizm. Poza poprawą krążenia, ADR Protect podnosi też odporność układu nerwowego na zaburzające wpływy pól elektromagnetycznych (wytwarzają je m.in. telefony komórkowe, komputery, telewizory i inne urządzenia elektryczne). Warto nakleić go na telefon, zwłaszcza dziecka. Stosowanie ADR Protect polecane jest też dla osób z kłopotami krążeniowymi, zaburzeniami snu lub z obniżoną odpornością.
Także ten nowatorski wynalazek ma certyfikat urządzenia medycznego klasy I, a jego koszt to ok. 30 zł.

Zarówno ADR-4 jak i ADR Protect zdobyły wiele nagród na prestiżowych wystawach wynalazczości. Pomimo braków środków na innowacje, w Polsce powstają wynalazki na poziomie światowym. Naukowcy nie spoczęli na laurach i właśnie dziś zobaczył już ich kolejny rewelacyjny wynalazek – Maty ADR, które praktycznie w 100% pochłaniają szkodliwe pola elektryczne. **Polacy stworzyli takie maty jako pierwsi na świecie!**

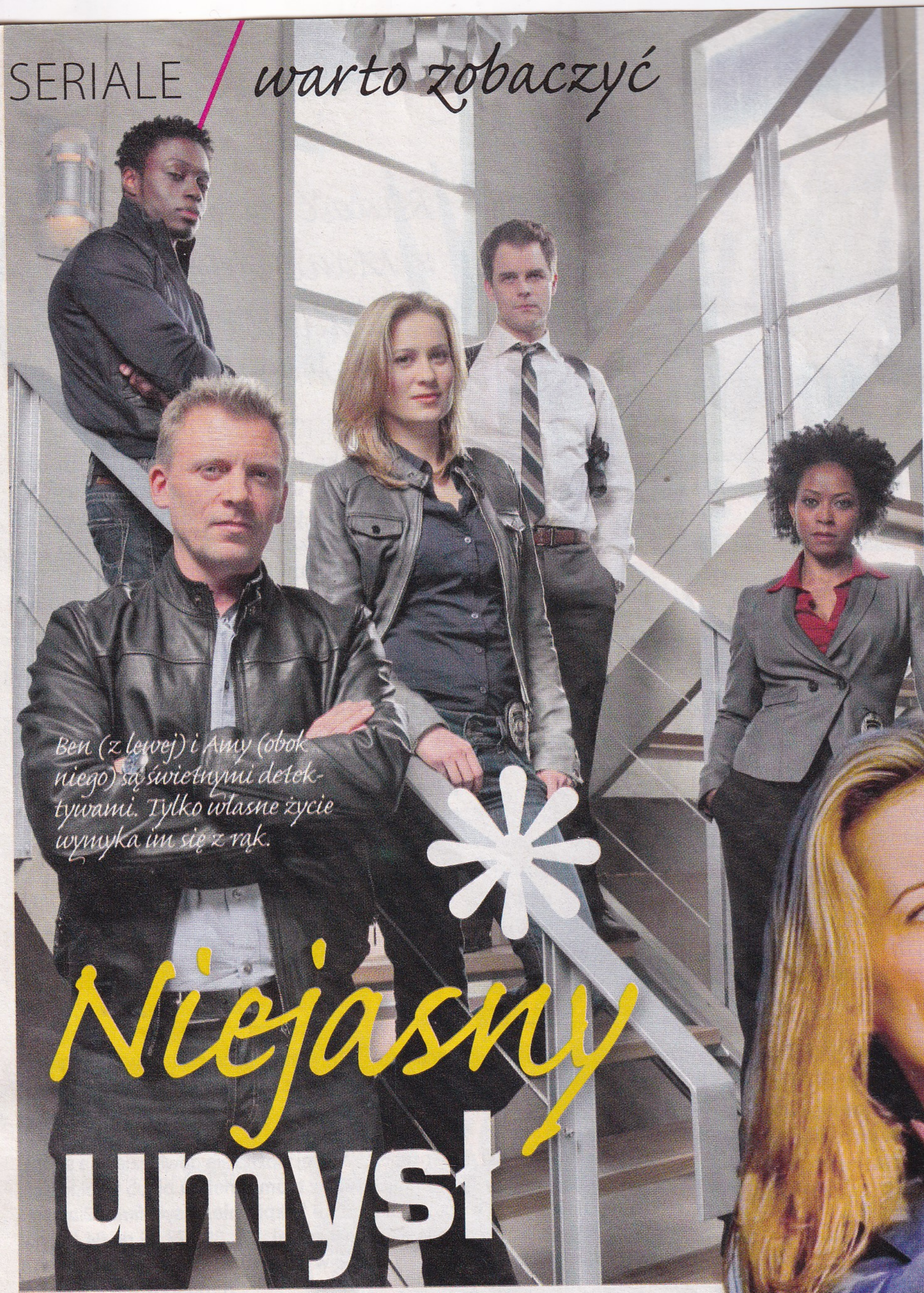
Maty mają różne zastosowanie: chronią podczas snu lub przy pracy. Zależnie od rozmiaru, kosztują od 95 do 370 zł.

Więcej można się dowiedzieć na stronie **www.biomagnetica.pl** lub w folderach, które **bezpłatnie** wysyła firma Biomagnetica, tel.: 22 397 77 02 do 04 (pon.-pt. w godz.10.00 - 16.00).

Radosław Araszkiewicz



Typowa poprawa ukrwienia rąk u osób z zaburzonym krążeniem (zespół Raynaud). Zdjęcia termograficzne (kolor oznacza temperaturę – im jaśniejszy, tym wyższa):
A – przy pierwszym badaniu,
B – po tygodniu stosowania ADR-4.



Ben (z lewej) i Amy (obok niego) są świetnymi detektywami. Tylko własne życie wymyka im się z rąk.

Niejasny umysł

Jeśli masz poukładane życie, nie będziesz detektywem. Ben nim jest.

Dawniej serial kryminalny opierał się na zagadce, którą rozwiązywał detektyw bądź cała grupa dochodzeniowa – tyle że grali oni rolę drugoplanową względem samego wątku kryminalnego. Dziś najważniejszy jest właśnie detektyw. Jego życie osobiste wychodzi na pierwszy plan, zaś rozwiązaniem zagadek zajmuje się poniekąd w międzyczasie borykania się z własnymi problemami.

Krótko mówiąc, wybitny detektyw czy policjant to ten, który ma niesłychanie zwichrowaną psychikę i życie osobiste, co wbrew pozorom nie przeszkadza mu w pracy (jakby zapewne miało to miejsce w przypadku zwykłego człowieka), lecz wręcz pomaga. I tak oto po próbującym uporać się ze śmiercią syna i żony bohaterze „Mentalisty", pracującym na drugą zmianę jako seryjny morderca Dexterze, nadchodzi „Roztrzaskany" (bo tak dosłownie należałoby przetłumaczyć tytuł najnowszego serialu Universal Channel).

Detektyw bez zasad

W kanadyjskiej produkcji, która po polsku otrzymała nazwę „Tożsamość śledztwa", główną postacią jest niezwykle męski detektyw z Wydziału Zabójstw Ben Sullivan (Callum Keith Rennie). Naturalnie w swojej branży nie ma sobie równych, choć sami jego współpracownicy przyznają, że jego metody działań są nieco dyskusyjne. Przekonuje się o tym jego nowa partnerka Amy Lynch, która z powodu jego celowego ruchu zabija nieuzbrojonego podejrzanego. Ben podkłada denatowi broń i w ten sposób zmusza Amy do ukrywania prawdy o zajściu.

Sekret Bena

Jednak bynajmniej nie to wydarzenie jest największą tajemnicą detektywa Sullivana (UWAGA! Tu ujawniamy treść pierwszego odcinka). Mężczyzna bowiem w pewnych sytuacjach traci kontakt z sobą samym i przemienia się w innego człowieka – raz staje się wybuchowym i brutalnym amatorem trawki i alkoholu, a innym razem refleksyjnym geniuszem. O dysocjacyjnej osobowości męża wie jedynie jego żona, która prosi go o kontakt ze specjalistą. Czy Ben zdecyduje się ratować swoją karierę i małżeństwo? Czy też choroba, na którą cierpi, to jedyny sposób na odnalezienie porwanego syna? | KD

Tożsamość śledztwa
UNIVERSAL CH. 21:00 PO 29.11



Amy zabija nieuzbrojonego podejrzanego. Ben podkłada denatowi broń, zmuszając ją do ukrywania prawdy.

FOT.: MATERIAŁY PRASOWE

UWAGA! OSTATNI ODCINEK!



Inspektor Możejko zostanie postrzelony podczas napadu na sklep. Jego stan będzie bardzo ciężki.

Możejko *postrzelony!*

Ostatni w tym sezonie odcinek „Ojca Matusza" będzie trzymał w napięciu fanów serialu. Życie inspektora Możejki zostanie zagrożone! Natomiast śmierć młodej dawczyni krwi, Heleny Barcz, pozostanie owiana tajemnicą.

Wchodząc z Natalią (Kinga Preis) do sklepu, Orest Możejko (Piotr Polk) nie będzie podejrzewał, że stanie oko w oko ze śmiercią. A wszystko za sprawą napadu na supermarket… Policjant zostanie postrzelony i w ciężkim stanie trafi do szpitala. Dowody zebrane na miejscu zbrodni wskażą na byłego pracownika sklepu, karanego wcześniej za liczne kradzieże. Stan Możejki będzie się pogarszał. Lekarze zarządzą transfuzję krwi. Na szczęście do szpitala szybko zgłosi się dawca – Helena Barcz (Anna Grycewicz). Kilka dni później dziewczyna niespodziewanie zginie. Z czasem wyjdzie na jaw, że została zamordowana. W obu śledztwach zaczną się pojawiać nowe wątki. Po raz kolejny niezbędna okaże się pomoc ojca Mateusza (Artur Żmijewski). Tym razem jednak do współpracy zaprosi go sam inspektor Możejko! Historia supermarketu i jego właściciela, pana Adlera, zaczynie się dziwnie łączyć z tragedią Heleny. Policja i czujny duchowny nie dadzą za wygraną. |AR



Ojciec Mateusz 4 | TVP 1 | 20:25 | CZ 25.11



Dzięki krwi Heleny Możejko odzyska zdrowie. Niestety, dawczyni niebawem straci życie.

REKLAMA

VENOFORTON®

poprawia krążenie

- redukuje objawy zimnych nóg i drętwienia palców
- leczy żylaki i zapobiega ich powstawaniu
- likwiduje zawroty głowy, szumy uszne i poprawia pamięć



Lek dostępny w aptekach i sklepach zielarskich bez recepty

Tradycyjny produkt roślinny z określonymi wskazaniami wynikającymi wyłącznie z długotrwałego stosowania.

Produkt złożony.

WSKAZANIA DO STOSOWANIA: Venoforton jest lekiem roślinnym tradycyjnie stosowanym w objawach niewydolnoś żylnej (uczucie ciężkości i obrzęki nóg, żylaki), krążenia obwodowego (redukuje objawy zimnych nóg i drętwienia palców, pomocniczo w miażdżycy), łagodnie w niewydolnoś krążenia mózgowego (zawroty głowy, szumy uszne, osłabien pamięci, zmniejszona koncentracja umysłowa).

PRZECIWWSKAZANIA: Nadwrażliwość na składniki preparatu; niewydolność nerek.
Podmiot odpowiedzialny: Przedsiębiorstwo Farmaceutyczne „Leki Natury" Tadeusz Polańs ul. Zielona 30, 08-500 Ryki, nr pozwolenia MZ R/1600.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskaz nia, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informac dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem l farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życ lub zdrowiu.

To tradycja *daje nam siłę*

W filmie „Laura" aktorka zagrała typową śląską kobietę, której tradycja pozwala znieść przeciwności losu.



W filmie „Laura" gra Pani kobietę, która straciła syna w kopalni. Jest ona chyba bardzo silną kobietą?

Tak, jest typową Ślązaczką. Ja nie znam Śląska. Pracowałam jednak dwa razy z Kazimierzem Kutzem, który jest wspaniałym gawędziarzem i interesująco opowiadał o sobie, swojej rodzinie, kobietach. Dużo się od niego nauczyłam. Jego opowieści pomogły mi w pracy nad rolą. Moja postać jest na drugim planie, ale JEST. Czuwa nad wszystkimi, którzy są na pierwszym planie i przeżywają swoje dramaty, co nie oznacza, że ona nie przeżywa. Musi trzymać rękę na wszystkim, poukładać życie córki, dać zięciowi szansę wyboru, aczkolwiek się na ten wybór nie zgadza, zbudować relacje z mężem, z wnuczką, przekazać im coś między słowami w sposobie bycia, życia.

Skąd śląskie kobiety czerpią siłę?

Myślę, że z tradycji, którą im zaszczepiły prababki, babki, matki. One wiedzą, że tak ma być i to jest coś nienaruszalnego; coś, czego się nie zmienia, czego się muszą trzymać. I to im daje siłę. Właśnie ta tradycja, której dziś tak łatwo i chętnie się pozbywamy. Byłam wstrząśnięta artykułem w jednym z pism, w którym napisano „Boże Narodzenie inaczej". Dlaczego inaczej? Że będzie choinka z cebuli czy z patyków? Przecież powinno być tak samo. Na tym polega tradycja. Oczywiście, że szukamy nowych rzeczy, ale nie wszystko powinniśmy chcieć zmieniać. Nie zmieniajmy choinki na kawałek miotły! Wracając do śląskich kobiet, to właśnie tradycja daje im siły. One by tyle nie zniosły, gdyby nie były otoczone tradycją.

A co Pani daje siłę?

Ja też nie jestem przeciwko tradycji i staram się ją zachować. Stałość pewnych zachowań jest bardzo ważna. I dwa słowa, które dawno temu wyszły z mody, a które staram się przypominać młodym ludziom, gdy mówią, że mają do czegoś prawo albo że wolno im coś robić, bo nigdzie nie jest napisane, że tego nie wolno. Ja mówię: *Są takie dwa słowa, którymi trzeba się kierować: „nie wypada"*. Nie wszystko musi być określone prawem. Gdy przychodzimy do kogoś z wizytą, nie biegamy po stole w butach, mimo iż nie ma przepisu, który by o tym mówił. Po prostu nie wypada. Proszę spojrzeć na biografie, które się teraz ukazują. Na rynek trafiają pewne rzeczy, o których się mówi, że społeczeństwo ma prawo wiedzieć. Pewnie tak, ale może... nie wypada?

Teraz kariery robią amatorzy. Pani w Akademii Teatralnej pracuje z ludźmi, którzy też mogliby biegać za chałturami, ale jednak studiują.

Robienie kariery to nie jest robienie pieniędzy. To oczywiste, że trzeba zarabiać, ale pieniądze nie są celem naszego życia. Pojawienie się sześćset razy na ekranie, to nie jest kariera zawodowa. To tylko popularność.

To nie jest powszechna opinia...

Oczywiście, że nie jest. Pewne prawdy zawsze były niepopularne. Ale proszę mi wierzyć, że popularność nie jest wyznacznikiem w tym zawodzie. Ja studentów uczę zawodu, myślenia w zawodzie, nie tylko rzemiosła. Mówię też, by pamięli, że pewnych rzeczy NIE WYPADA. I żeby zachowali trochę godności w sposobie bycia. Bo tym prawdziwy artysta różni się od... reszty. Zresztą prawdziwi artyści zawsze byli biedni. Gdy moi studenci robili dyplom z wierszy Zbigniewa Herberta, dostaliśmy od poety list w którym pisał m.in.: *...i nie starajcie się być, na miłość boską, nowocześni. Życzę wam trudnego życia, bo tylko takie jest godne artysty.*

|Rozm. IWONA LEOŃCZUK



Pojawienie się sześćset razy na ekranie to nie jest kariera zawodowa. To tylko popularność.



Bronek zdrajcą?

W najbliższych odcinkach „Czasu honoru" czekają nas wielkie emocje – zdrada, miłość i łzy.



Janek i Wanda nie będą wierzyć, że Bronek jest zdrajcą. Podejmą własne śledztwo.



Bronek i jego ojciec zostaną oskarżeni o zdradę. Panowie staną przed sądem podziemia.

Po aresztowaniu na meczu bokserskim dowódca (Wojciech Majchrzak) i Krzysztof (Ksawery Szlenkier) będą poddawani licznym torturom. Podsłuchujący „przesłuchanie" Tadeusz (Paweł Małaszyński) stwierdzi jednak, że żaden z nich nic nie powie. Postanowi wcielić w życie nowy plan. Aby uwiarygodnić swoją osobę, poprosi, by Rappke (Przemysław Bluszcz) go pobił dla niepoznaki. Wraz z zatrzymanymi Tadeusz zostanie wywieziony na egzekucję. Jednak dzięki „cudownemu" przypadkowi wszyscy panowie, mimo że będą ranni, obezwładnią strażnika i zaczną uciekać.

W tym czasie Cichociemni będą zdezorientowani. Władek (Jan Wieczorkowski) będzie przekonany, że ktoś poinformował Niemców o meczu bokserskim. Podziemie wyda mu rozkaz, by wraz z Jankiem (Antoni Pawlicki) aresztował podejrzanego o zdradę Bronka (Maciek Zakościelny).

Kim jest Tadeusz?

Bronek spotka się z Jankiem i będzie próbował go przekonać, że wraz z ojcem jest niewinny. Chłopak będzie na tyle zdeterminowany, że postanowi stanąć przed sądem podziemia, by oczyścić się z zarzutów. Janek i Wanda (Magdalena Różczka) nie będą wierzyć w winę przyjaciela. Postanowią podjąć śledztwo na własną rękę. Wanda zacznie podejrzewać, że za całą sprawą stoi Tadeusz. Zaskoczona odkryje, że mężczyzna spotyka się z majorem Halbe (Krystian Wieczorek). O wszystkim powie Jankowi. Oboje zaczyną rozumieć, że nie Bronek, a Tadeusz współpracuje z Niemcami.

W najbliższym odcinku nie zabraknie także miłosnych rozterek. Michał (Kuba Wesołowski) spotka się z Celiną (Olga Bołądź). Dziewczyna obwieści Konarskiemu, że podjęła dezycję, iż nie weźmie ślubu z Krzysztofem (Ksawery Szlenkier). Jednak speszona szybko ucieknie, kiedy dowie się o aresztowaniu narzeczonego... |AR

Czas honoru 3 | TVP 2 | 21:05 | ND 28.11

FOT. MATERIAŁY PRASOWE



Takiego męża jak Grześ można tylko pozazdrościć! Ale Katarzyna woli go uwieść...

Polowanie na Grzesia

Kleczkowska musi mieć się na baczności. Katarzynie wpadł w oko Grześ!

Elżunia Kleczkowska (Małgorzata Rożniatowska) i Grzesio Ordalski (Grzegorz Komendarek) stanowią niezwykle udaną parę. Sklepowa nieraz chwaliła męża przyjaciółce. Katarzyna (Kinga Ciesielska), słuchając jej, zaczęła się niebezpiecznie interesować Grzesiem. Poznała go bliżej na weselu w Niepiełkach, gdzie przetańczyli całą noc. Teraz Katarzyna postanowi uwieść Grzegorza, wykorzystując wszelkie swoje wdzięki! A okazja nadarzy się już wkrótce. Elżunia powie przyjaciółce w tajemnicy, że wybiera się do Nałęczowa, by poznać ciemnoskórego chłopca, czekającego na adopcję. Kiedy Kleczkowska tylko wyjedzie ze Złotopolic, Zalewska zacznie działać. Pięknie ubrana pójdzie do sklepu, gdzie Elżunię będzie zastępować Grześ. Zacznie mu prawić komplementy i wspominać wspólne chwile na weselu. Ordalski pod wpływem emocji zaprosi Katarzynę na kolację! Afera zacznie się już następnego dnia, kiedy rozwścieczony Zalewski zacznie podejrzewać żonę o zdradę. |AR

Złotopolscy | TVP 2 | 14:35 | ND 28.11



W poszukiwaniu pożywienia i miejsc rozrodu przemieszczają się i duzi…



…i ci zupełnie mali, jak czerwone kraby z Wysp Bożego Narodzenia.



Taka liczba mew przypomina kadry z „Ptaków" Hitchcocka.

Wielkie migracje

Największy w historii National Geographic Society projekt, dokumentujący życie zwierząt.

„Wielkie migracje" ukazują najdokładniejszy wizualny zapis szerokiej różnorodności migracji zwierząt, w tym: zebr z Botswany, czerwonych krabów z Wyspy Bożego Narodzenia czy nietoperzy rudawek z Australii. Ta seria jest również niesamowita pod względem technicznym. Ukazuje podróże mikroskopijnego planktonu, półprzezroczystych meduz i słoni morskich, a także pokazuje mocowanie nadajnika fal radiowych na motylu monarsze w celu poznania jego zachowań migracyjnych. Kruche, acz wspaniałe życie każdego zwierzęcia, zainspiruje widzów do rozważań nad znaczeniem przemieszczania się jako jedynego ratunku dla wielu gatunków.

Z kamerą wśród zwierząt

Film szczegółowo pokazuje zachowania zwierząt, w tym te nigdy wcześniej nieudokumentowane na taśmie. Zostaniemy świadkami rzadko spotykanego zdarzenia, kiedy żarłacz biały zaatakuje fokę niedaleko wybrzeża wyspy Gwadelupy. Nie wolno przegapić historii, gdy żółte antylopy kob z Sudanu, uważane za wymarłe na skutek trwających 20 lat zamieszek, są po raz pierwszy filmowane.

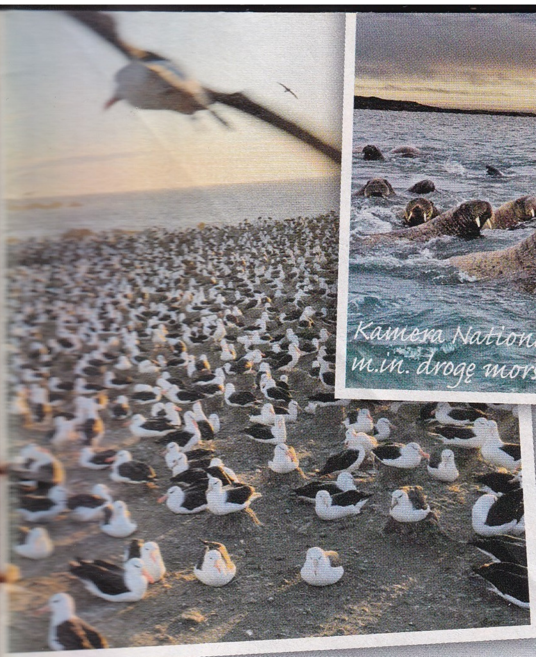
Ekipa „Wielkich migracji" National Geographic spędziła dwa i pół roku w podróży, przemierzając 670 000 kilometrów, 20 krajów i wszystkie 7 kontynentów, by dostarczyć telewizji tę ambitną produkcję. Cztery godzinne odcinki przedstawiają wspaniałe migracje zwierząt. Dodatkowe trzy godziny zawierają: specjalne naukowe dochodzenie, które rozwiąże tajemnice zwierzęcych migracji (SO 27.11, godz. 19.00); dodatek „Za kulisami" (ND 28.11, godz. 19.00) o zaawansowanej technologii, wykorzystanej przy produkcji; i godzinny koncert, zawierający zapierający dech w piersi materiał filmowy, z oryginalną muzyką.

Wędrówka słoni

W premierowym odcinku, zatytułowanym „Uczta albo głód", śledzimy m.in. malijskie słonie. Te olbrzymie ssaki podejmują naj-



Migracja monarchów z południa na północ Ameryki i z powrotem zajmuje im kilka pokoleń. Jak zapamiętują drogę?





Kamera National Geographic śledzi m.in. drogę morsów.



Na każdym kontynencie znajdziemy migrujące gatunki zwierząt.

dłuższą wędrówkę wśród wszystkich słoni na świecie – zataczają wielki krąg o średnicy 480 kilometrów w sercu pozbawionego dostępu do morza południowoafrykańskiego państwa Mali. Przemierzając południowy skraj Pustyni Sahara, mogą przetrwać jedynie dzięki ciągłemu marszowi przez spaloną ziemię – do kolejnych źródeł wody i pokarmu. Najstarsza samica – przywódczyni, wytycza trasę, kierując się szlakami zapamiętanymi podczas wieloletnich wędrówek. Słonie, stawiając czoło ogromnym burzom piaskowym i rozkoszując się okazjonalną błotną kąpielą, docierają do kulminacyjnego punktu swej wędrówki – La Porte des Elephants – słoniowych wrót, prowadzących do miejsca prawdziwej uczty. To mądrość, którą dziedziczą kolejne pokolenia słoni.

Słonie i żałoba

Film pokazuje sceny rzadko oglądane w filmie: nowonarodzony słoń malijski walczy o życie przy boku swej matki i babki. Niestety umiera kilka godzin po narodzeniu. Dorosły samiec słonia, prawdopodobnie myląc niedawne narodziny z rują matki, próbuje z nią współżyć, odwodząc samicę w stronę krzewów, z dala od jej martwego dziecka. Gdy tylko stado wyczuwa, że czas rozpocząć ostatni odcinek podróży, uczestniczy we wzruszającym słoniowym pogrzebie – każdy z członków stada czule dotyka, obwąchuje i obejmuje trąbą wyblakłe od słońca szczątki małego słonia, jak gdyby chciał powiedzieć – żegnaj.

Wielkie migracje
NATIONAL GEOG. **21:00** ND 28.11

Co dwie, to nie **jedna...**

Człowiek ze swej natury jest leniwy. Właśnie dlatego spędza tyle czasu na wymyślaniu i konstruowaniu rzeczy, które mają uprzyjemnić i ułatwić mu życie. W czasach, kiedy wiedza stała się największym skarbem, znalazł się także sposób na łatwiejszą i szybszą naukę. Chodzi o naukę w stanie relaksu. Ale po kolei...

Nauka w stanie relaksu, to metoda zarówno dla tych, którzy nie mają czasu ani ochoty na siedzenie w szkołach językowych, a także dla tych, którzy lubią nowinki i genialne wynalazki. Zasada jest bardzo prosta. Skoro stres i nerwy nie sprzyjają nauce, to na pewno sprzyja jej coś przeciwnego, tzn. relaks i odprężenie. Ale od początku. Kiedy nasze ciało jest odprężone i zrelaksowane, taki sam stan towarzyszy naszemu umysłowi. Odprężony umysł chłonie nowe informacje jak gąbka, bo półkule mózgowe pracują synchronicznie. Na co dzień, w zależności od tego, czym w danej chwili się zajmujemy, przeważa działanie jednej z półkul. Kiedy pomagamy dziecku w lekcjach, rozwiązując zadanie z matematyki, przeważa działanie lewej, kiedy słuchamy muzyki, dominuje działanie prawej. Podczas gdy, nazwijmy ją – dominująca półkula, pracuje ze wszystkich sił, druga, mówiąc kolokwialnie, po prostu się leni. Okazuje się jednak, że dwa razy w ciągu dnia, nasze obydwie półkule zgodnie współpracują i wtedy praca naszego mózgu jest najwydajniejsza. Te momenty to poranki i chwile po przebudzeniu oraz wieczory i krótkie chwile przed zaśnięciem. Właśnie w tym czasie naszemu ciału i umysłowi towarzyszy stan relaksu. Nasze ciało jest rozluźnione, odprężone, przyjemnie ociężałe, a nasz mózg przetwarza wszystkie informacje na przyspieszonych obrotach. Właśnie dlatego stan relaksu jest idealnym momentem do nauki. W osiągnięciu stanu relaksu o dowolnej porze dnia przychodzi nam na pomoc, dostępne na rynku urządzenie SITA, które „pokazując" nam nasz oddech, pomaga nam osiągnąć stan relaksu i utrzymać się w nim podczas nauki. Producenci urządzenia SITA stworzyli także specjalne



kursy języków obcych, przeznaczone do nauki w stanie relaksu. W ofercie dostępny jest język angielski, niemiecki, francuski, włoski i hiszpański. Dzięki znacznie szybszemu tempu nauki i jej przyjemnemu charakterowi, podstawy języka można opanować już w miesiąc. W ten sposób doszliśmy od przyjemnego do pożytecznego, a przysłowie: potrzeba matką wynalazków możemy uzupełnić o ojca. Potrzeba matką, ojcem lenistwo. Kto w takim razie ma ochotę na chwilę relaksu z angielskim?

|KAROLINA SZARY

Więcej informacji na stronie ***www.sita.pl*** *Rabat w wysokości 200 zł przy zakupie urządzenia i czterech poziomów kursów także dla czytelników Kropki TV.*

REKLAMA





Maczeta

Czasami nóż sieje większe spustoszenie niż oddział artylerii. Zwłaszcza kiedy trafi we właściwe ręce.

Jeśli chcecie iść na ten film z dzieckiem, to nie ma żadnych przeciwwskazań, ale tylko pod warunkiem, że dziecko jest dorosłym człowiekiem o silnych nerwach i nie mdleje na widok krwi. A tej będzie się lało na ekranie sporo. Zresztą co tam krew! W tym filmie istotną rolę odegrają ludzkie wnętrzności, a konkretnie jelito, które posłuży bohaterowi, zamiast liny, do zsunięcia się po ścianie. Czyli możemy się spodziewać obrazków dość typowych dla Roberta Rodrigeuza, jednego z twórców „Maczety". Pomysł tego filmu zrodził się wiele lat temu, gdy Rodriguez pracował nad „Desperado". *– Kiedy oglądałem filmy Johna Woo, sprawiały one, że chciałem być Azjatą. A w końcu zainspirowały mnie do robienia filmów, które wywołałyby takie same uczucia w stosunku do latynoskich bohaterów* – mówi reżyser. Czy widzowie zapragną być takimi Meksykanami jak tytułowy Maczeta? Miejmy jednak nadzieję, że nie. Maczeta to emigrant. W Meksyku był agentem federalnym, a w Stanach Zjednoczonych pracuje (to inne określenie dla słowa „zabija") dla tego, kto mu lepiej zapłaci. Czasem jednak działa gratis, zwłaszcza gdy ktoś mu nadepnie na odcisk. Zdrady ze strony organizacji, która go wynajęła, na pewno nie puści płazem. I w ten sposób dochodzimy do sedna filmu. Maczeta, mordując na prawo i lewo, dokonuje krwawej zemsty. Aby jatka była bardziej malownicza do pomocy bierze kilka pięknych kobiet, świetnie posługujących się bronią palną znacznych rozmiarów. Będzie też miał u swojego boku... księdza, który jednak kiedyś przysiągł, że nie będzie używał przemocy. Ale pewnie po znajomości da rozgrzeszenie. Z tego filmu płynie morał: Lepiej nie zadzieraj z Meksykaninem. Zwłaszcza takim, który nożem posługuje się nie tylko przy krojeniu chleba.

IWONA LEOŃCZUK

PREMIERA KINOWA 26.11.10

Reż.: R. Rodriguez, E. Maniquis
Obsada: Danny Trejo, Jessica Alba, Robert De Niro
Produkcja: USA 2010







PREMIERA KINOWA 12.11.10

Łatwa dziewczyna

Reżyseria: Will Gluck
Obsada: Emma Stone, Aly Michalka, Stanley Tucci
Produkcja: USA 2010

Koniec przeciętności bardzo często bywa początkiem sporych kłopotów.

Popularność, nawet najgorsza, lepsza jest od anonimowości. Z takiego założenia wyszła Olive, która do niedawna była jedną z wielu uczennic swojej szkoły. Jedno małe kłamstewko sprawiło, że z dnia na dzień w oczach swoich kolegów stała się demonem seksu. O jej rozwiązłym stylu życia zaczęło krążyć wiele plotek, wymyślone romanse stały się przedmiotem dyskusji na forach internetowych. Dziewczyna jednak niczego nie dementowała, gdyż wreszcie poczuła boski smak sławy. Sama nawet podgrzewała atmosferę, ubierając się w sposób co najmniej wyzywający. W końcu jednak Olive przestała nad tym wszystkim panować. Okazało się jednak, że powrót do normalności może być bardzo trudny.

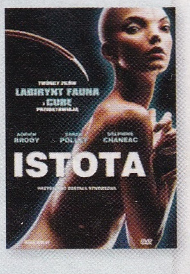
dvd

Dzwoneczek i uczynne wróżki



Dzwoneczek jest wróżką, a wróżki nie mogą kontaktować się z ludźmi. Dzwoneczek zaprzyjaźnia się jednak z małą dziewczynką. I naraża się na niebezpieczeństwo. ● CD Projekt

Istota

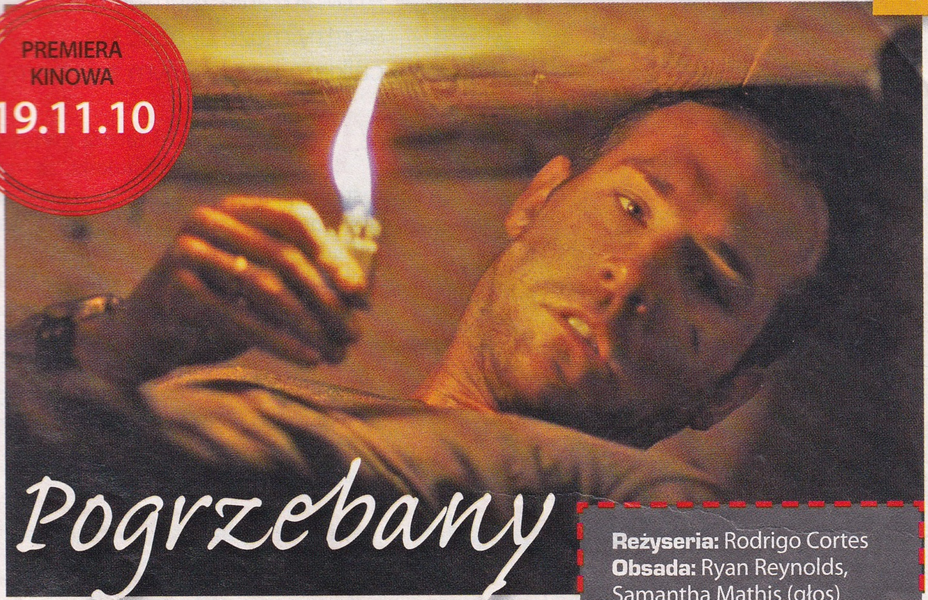


Eksperymenty z ludzkim DNA mogą źle się skończyć. Przekonała się o tym para naukowców, którzy początkowo są przekonani, że stworzyli doskonały organizm. Niestety, bardzo się mylą… ● Kino Świat

Wybuchowa para



On jest tajnym agentem, a ona o szpiegach dotąd tylko czytała. Przypadek sprawia, że ta dwójka musi działać razem. Okazuje się, że strzelaniny też mogą stać się początkiem pięknej miłości. ● Imperial



PREMIERA KINOWA 19.11.10

Pogrzebany

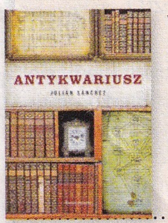
Reżyseria: Rodrigo Cortes
Obsada: Ryan Reynolds, Samantha Mathis (głos)
Produkcja: Hiszpania, USA 2010

Film, który dowodzi, że akcja nabiera tempa nawet wtedy, gdy nie ma miejsca, by się rozpędzić.

Czasami człowiekowi śnią się koszmary. Bywa jednak i tak, że koszmar zaczyna się dopiero po przebudzeniu. Porwany przez grupę Irakijczyków Paul budzi w… zakopanej trumnie. Ma przy sobie zapalniczkę, długopis i telefon. Porywacze liczą na uzyskanie dużego okupu. Dlatego żądają, by Paul nagrał za pomocą telefonu apel z błaganiem o pomoc. Mężczyzna próbuje znaleźć inne rozwiązanie. Ma na to 90 minut. Później nie będzie miał czym oddychać. Jeden aktor, dość ciasne miejsce akcji i zero nudy. Ten film warto obejrzeć choćby dlatego, by dowiedzieć się, jak to było możliwe!

książki

Antykwariusz
JULIAN SANCHEZ



W ręce pewnego antykwariusza trafia manuskrypt, zawierający wskazówki o miejscu ukrycia Kamienia Boga. Wkrótce mężczyzna zostaje zamordowany. Jego syn szuka mordercy. ● Świat Książki

Anglik w Paryżu
MICHAEL SADLER



Michael wybiera się na rok do Francji, by studiować tamtejsze obyczaje. Z jego obserwacji powstaje niezwykły obraz Francji, kraju zupełnie niepodobnego do żadnego innego miejsca na Ziemi. ● Pascal

Czekaj na odpowiedź
DAN CHAON



Kilkoro obcych sobie ludzi porzuca swoje domy i próbuje zmienić własne życie. Ich losy splatają się ze sobą, a ich przyszłość staje się coraz bardziej niepewna. ● Rebis

FOT.: MATERIAŁY PRASOWE

Tomek i przyjaciele



Niebieska lokomotywa od niemal 30 lat bawi dzieci na całym świecie.

Serial opowiada o przygodach małej, niebieskiej lokomotywy o imieniu Tomek. Bohater wraz z grupą przyjaciół-pociągów dba, aby wszystko na stacji przebiegało sprawnie i punktualnie. Dzięki pracowitości i staranności może z dumą nosić na boku numer 1. Tomek i pozostałe pociągi pracują pod czujnym okiem „Grubego Zawiadowcy".

Serial został zanimowany komputerowo techniką CGI (Computer Generated Images). Dzięki temu wszystkie elementy obrazu są trójwymiarowe. Nowa seria jest w pełni dubbingowana – w poprzedniej głosu udzielał narrator.

Autorem serii o przygodach Tomka jest Wilbert Awdry, który wymyślił historie o pociągach dla swojego chorego syna Christophera w 1945 roku. Za namową żony Wilbert spisał przygody Tomka i w latach 1947-1972 ukazywały się kolejne książki o pociągach. Syn Wilberta, Christopher, postanowił kontynuować historie zapoczątkowane przez ojca i dopisał następne serie przygód, które ukazały się w kolejnych 40 książeczkach.

Pomysłodawcą i reżyserem serii filmowej jest Britt Alcroft. W oryginalnej wersji serialu w latach 1984-1991 narratorem był muzyk, członek grupy The Beatles Ringo Starr. Seria o Tomku wyświetlana jest w ponad 130 krajach.

Tomek i przyjaciele MINI MINI 9:25 PT 26.11

Świat według Angelo

Obserwuj życie dyktowane zasadami Angela – codziennie o 17:40.

Angelo jest 11-latkiem, który kiedy się na coś uprze, to zawsze znajdzie sposób, by osiągnąć cel. Dzięki swojej charyzmie Angelo wciąga do akcji swoich przyjaciół – Sharewooda i Lolę. Na drodze nie stanie im nawet starsza, złośliwa siostra Angela, która rzuca mu kłody pod nogi przy każdej okazji.

Angelo rządzi CARTOON NET. 17:40 PO 29.11

Opiekun za karę



Brat zastępowy DISNEY CHANNEL 10:40 SO 27.11

Prowadzenie zastępu młodszej siostry może okazać się całkiem przyjemnym zajęciem.

Alex Pearson, 16-letnia gwiazda szkolnej drużyny hokeja, za karę zostaje opiekunem grupy harcerek, do której należy jego młodsza siostra Emily. Jednak Alex nie uważa obowiązków za zbyt uciążliwe – dzięki pełnionej funkcji może wymagać od Emily i jej koleżanek wyręczania go w różnych pracach. Nowa funkcja Alexa ma jeszcze jedną zaletę – dzięki niej chłopak ma okazję zbliżyć się do pięknej Matisse Burrows, liderki innej drużyny.

LALKA BARBIE MODNA PARYŻANKA Z PUPILKAMI



Cena: 109,00 zł/zest.

(oferta obowiązuje w sklepach Biedronka od 25.11)

Dodgers w kosmosie

Weekend minie pod znakiem intergalaktycznych pojedynków.

Oto nieustarszony obrońca interesów Ziemian, najlepszy dowódca kosmicznej flotylli, intergalaktyczny pionier – Kapitan Dodgers! Przynajmniej w jego mniemaniu... Przyłącz się do szalonych przygód i walk na dowcipy między Kapitanem Dodgersem i jego nemesis Marsjaninem Marvinem w weekend 27 i 28 listopada, od godziny 6.00 rano.



Kaczor Dodgers BOOMERANG 8:00 SO 27.11



Biała Podlaska 105,4
Białogard 104,2
Białystok 107,3
Bielsko Biała 95,7
Bieszczady 103,1
Bydgoszcz 95,6
Chełm 107,0
Ciechanów 97,3
Częstochowa 103,4
Dęblin 91,6
Elbląg 105,0
Gdańsk 105,0
Giżycko 104,0
Gorzów Wlkp. 99,6
Gryfice 92,9
Iława 98,7
Jelenia Góra 104,2
Kalisz 104,4
Katowice 102,8
Kędzierzyn Koźle 97,7
Kielce 105,3
Kluczbork 107,4
Kłodzko 103,8
Konin 107,1
Koszalin 105,3
Koszalin 88,7
Kraków 104,1
Krosno 107,4
Krynica 95,8
Leszno 97,0
Leżajsk 95,0
Lębork 96,6
Lubań 89,4
Lublin 107,0
Łomża 102,8
Łódź 92,6
Nowy Sącz 97,8
Nysa 98,6
Olsztyn 105,7
Opole 92,2
Ostrołęka 102,8
Piła 97,9
Piotrków Tryb. 92,6
Płock 97,3
Poznań 97,0
Poznań 104,7
Przemyśl 107,9
Przysucha 102,9
Rzeszów 89,9
Rzeszów 107,4
Siedlce 105,4
Siemianowice Śl. 102,8
Słupsk 92,1
Suwałki 101,4
Świnoujście 91,8
Szczawnica 97,8
Szczecin 95,2
Tarnów 107,8
Wałbrzych 97,2
Warszawa 107,5
Wągrowiec 88,0
Wisła 95,7
Włocławek 107,1
Włodawa 92,1
Wrocław 93,6
Zakopane 106,3
Zamość 100,7
Zielona Góra 88,3
Zielona Góra 107,0
Żagań 97,5

warto obejrzeć



M JAK MIŁOŚĆ

TVP 2

PONIEDZIAŁEK GODZ. 20:45
Ojciec Kingi zostaje wypisany ze szpitala i zatrzymuje się u córki. Kuba zabiera więc swoje rzeczy i wyprowadza się z mieszkania przy Deszczowej. Ziober postanawia zostać u Jankowskiego. Uprzedza Mirkę, że po urlopie nie wróci do pracy w agencji. Paweł orientuje się, że jest śledzony. Małgosia nadal chce jechać do Włoch. Postanawia zabrać ze sobą synka. Henio planuje z Niną wyjazd do Zamościa. Chcą zaprosić bliskich kobiety na ślub.

WTOREK GODZ. 20:45
Mirka prosi Pawła, by zrobił zdjęcia klientom agencji, którzy wzięli ślub. Zduński flirtuje z panną młodą. Kuba zatrzymuje się w mieszkaniu Pawła. Wciąż prowadzi śledztwo w sprawie biznesmena Jankowskiego. Detektyw spotyka się z Alą. Namawia ją, by znów zatrudniła się w agencji. Maria i Marta jadą do rodziców. Zauważają, że ich matka jest ostatnio smutna. Pod nieobecność Marty Łukasz organizuje w domu imprezę.



KLAN

TVP 1

PIĄTEK GODZ. 17:55
Paweł podejrzewa, że Ola spodziewa się dziecka. Test ciążowy jednak to wyklucza. Zyta i Michał szczęśliwi wracają z Peru.

PONIEDZIAŁEK GODZ. 17:55
Zyta i Michał kupują mieszkanie Beaty. Kinga zaniedbuje dzieci. Leszek przyłapuje Bognę na piciu.

WTOREK GODZ. 17:55
Ryszard niechętnie zgadza się na dodatkową pracę żony. Kamila rozważa start w zawodach pływackich.

ŚRODA GODZ. 16:00
Kamila chce zaimponować Błażejowi. Nie wie, że w zawodach startuje Daria, sympatia chłopaka.

CZWARTEK GODZ. 17:55
Grażyna skarży się Mariuszowi, że Ryszard od czasu wypadku izoluje się od rodziny.



PLEBANIA

TVP 1

PIĄTEK GODZ. 17:25
Wiki postanawia się zwolnić z „Głosu Hrubielowa". Jednocześnie proponuje swoją pomoc w kierowaniu kampanią Julii.

PONIEDZIAŁEK GODZ. 17:25
Wiki mówi proboszczowi, że nie wyobraża sobie, by wygrał Śliwiński. Chce doprowadzić do drugiej tury.

WTOREK GODZ. 17:25
Na plebanii Marian żali się Mateuszowi, że ostatnio Iwona nie przyprowadza do niego Ewuni.

ŚRODA GODZ. 15:35
Karol spotyka się z Jagną w lokalu Krystyny. Obecni w kawiarni odnoszą się do niego z niechęcią.

CZWARTEK GODZ. 17:25
Debata wyborcza Julii i Jana ma się odbyć w Arce. Proboszcz udaje się tam jako obserwator.



BARWY SZCZĘŚCIA

TVP 2

PONIEDZIAŁEK GODZ. 20:10
Adam wyjawia Michałowi, że chce odejść od niego z pracy i wyjechać za granicę. Jeleń mówi o tym Basi. Maria zachęca Romana, by spróbował pogodzić się z Iwoną.

WTOREK GODZ. 20:10
Alek przychodzi na kolację do Pyrków. Romanowi jest trudno przekonać się do chłopaka córki. Basia prosi Blankę o pomoc.

ŚRODA GODZ. 20:10
Młody zaprasza Zdzisia i Zenka na otwarcie swojego autosalonu. Ku rozczarowaniu Jerzego Przemek nie zamierza wracać do domu.

CZWARTEK GODZ. 20:10
Hubert wyprawia osiemnastkę. Marta wręcza Piotrowi list, który dostała od Kai. Wynika z niego, że kobieta chce odebrać sobie życie.



PIERWSZA MIŁOŚĆ

POLSAT

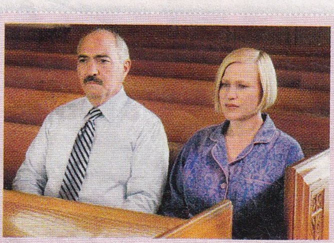
PIĄTEK GODZ. 18:00
Terczyński próbuje odwieść Artura od sprzedaży swoich akcji Izabeli. Kulczycki jest jednak gotowy oddać jej firmę ojca.

PONIEDZIAŁEK GODZ. 18:00
Jan i Emilka rozpoczynają kampanię. Oboje ubiegają się o funkcję sołtysa. Śmiałek chce pomóc córce.

WTOREK GODZ. 18:00
Artur jest załamany tym, że dane klientów portalu randkowego przedostały się do Internetu.

ŚRODA GODZ. 18:00
Aneta składa niezapowiedzianą wizytę Żukowskim. Spotyka tu Antka, który jest nią zauroczony.

CZWARTEK GODZ. 18:00
Bazyl uważa, że kradzieży danych dokonano z komputera Stefani. Dziewczyna oskarża Izabelę.



MEDIUM 6

AXN

SOBOTA GODZ. 23:00
Rok po śmierci córki Devalos dostaje tajemniczy anonim. Allison ma wizje, dzięki którym poznaje szczegóły śmierci dziewczyny.



CASTLE

TVP 2

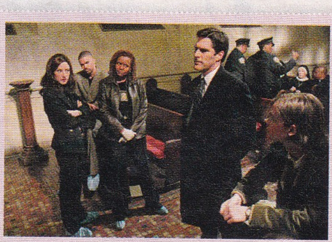
NIEDZIELA GODZ. 22:05
W mieście grasuje złodziej biżuterii, którego ofiarami padają bywalcy bankietów. Castle i Beckett udają na przyjęciu parę, by go schwytać.



MENTALISTA

TVN

PONIEDZIAŁEK GODZ. 22:35
Ginie gwiazdor licealnej drużyny futbolowej. Podejrzenia padają na lokalną wróżbiarkę. Patrick nie wierzy jednak w jej winę.



ZABÓJCZE UMYSŁY

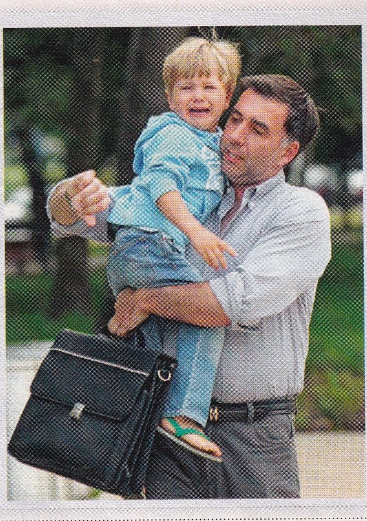
TVP 2

PONIEDZIAŁEK GODZ. 22:55
Jason Gideon i jego ludzie jadą do San Diego. Tam rozpoczynają dochodzenie w sprawie seryjnego mordercy i gwałciciela.



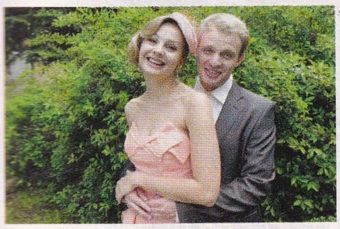
CZAS HONORU TVP 2

CZWARTEK GODZ. 21:05
Karol nie chce zabić generała Radziszewskiego. Mówi Halbemu, że przekaże mu zakładnika w zamian za uwolnienie sowieckich agentów. Tadeusz rozmawia w celi ze Szpakowatym – mężczyzną, którego wskazał Niemcom jako Komendanta Głównego AK. Jest pewny, że to on dowodzi polskim ruchem oporu. Tannenberg chce to sprawdzić. Michał przekazuje Celinie informację o aresztowaniu Krzysztofa. Dowódca podejrzewa, że w ich szeregach jest szpieg.



NA DOBRE I NA ZŁE TVP 2

PIĄTEK GODZ. 20:05
Motorniczy trafia do szpitala. Badania wykazują, że ma guz w pęcherzu, który powoduje silne ataki bólu. Lena zauważa, że zaczęły jej wypadać włosy. Witek stara się otoczyć ją opieką. Wkrótce wyznaje jej miłość. Tomek przygotowuje się do złożenia przysięgi Hipokratesa. Zosia liczy na to, że chłopak odbędzie staż na oddziale chirurgii w Leśnej Górze. Sambor nadal jest w bardzo kiepskiej formie. Ruud zabiera go na wieczór w męskim gronie.



NA WSPÓLNEJ TVN

PONIEDZIAŁEK GODZ. 20:05
Daniel odkrywa, że w maskotkach, które przewozi z Czech do Polski, ukryte są narkotyki. Kinga zwierza się Weronice, że chciałaby ułożyć sobie życie z Michałem.

WTOREK GODZ. 20:05
Nadchodzi dzień ślubu Kamila i Zuzy. Marta i Gosia pomagają pannie młodej. Kamil do ostatniej chwili czeka na przybycie ojca.

ŚRODA GODZ. 20:05
Zuza i Kamil składają przysięgę małżeńską. Michał zwierza się Adamowi, że on i Kinga postanowili się ponownie pobrać.

CZWARTEK GODZ. 20:05
Roman żałuje, że nie był obecny na ślubie syna. Postanawia pogodzić się z Kamilem i Zuzą. Monika próbuje uwieść Damiana.



MODA NA SUKCES TVP 1

PIĄTEK GODZ. 15:50
Nick spotyka się z psychiatrą Jamesem Warwickiem. Opowiada mu historię narodzin Jacka i prosi, by pomógł Taylor. Donna i Erick knują intrygę przeciwko Stephanie.

PONIEDZIAŁEK GODZ. 15:50
Nick jest zaskoczony chęcią zorganizowania przez Taylor uroczystego obiadu. Ridge namawia Brooke, by skorzystali z zaproszenia.

WTOREK GODZ. 15:50
Spotkanie Brooke z Taylor i Nickiem kończy się kolejną kłótnią. Brooke nie zgadza się wyjść za Ridge'a. On czuje się zraniony.

CZWARTEK GODZ. 15:50
Nick jest zaniepokojony stanem psychicznym żony. Prosi o pomoc Jamesa Warwicka. Taylor tymczasem prześladują koszmarne wizje.



MIŁOŚĆ NAD ROZLEWISKIEM TVP 1

NIEDZIELA GODZ. 20:20
Po powrocie do stolicy Małgosia próbuje na nowo ułożyć sobie życie. Rozpoczyna poszukiwania pracy. Pomaga jej Majka.



TANCERZE TVP 2

CZWARTEK GODZ. 21:40
Rafa, by popisać się przed kolegami, usiłuje poderwać przypadkowo spotkaną dziewczynę. Ona jednak wyznaje miłość Kubie.



RATOWNICY TVP 1

ŚRODA GODZ. 21:30
Staszek interesuje się losem Tamary. Coraz bardziej drażni to Aśkę. Kobieta decyduje się wrócić do Warszawy. Hubert zrywa z Darią.



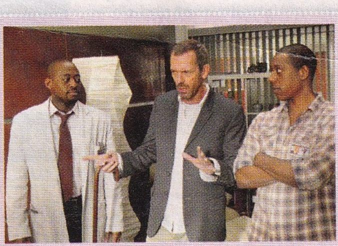
OJCIEC MATEUSZ 4 TVP 1

CZWARTEK GODZ. 20:25
W Sandomierzu dochodzi do kolejnej zbrodni. Policjanci rozpoczynają dochodzenie. Nie obędzie się bez pomocy ks. Mateusza.



CSI: LAS VEGAS 8 TVP 2

ŚRODA GODZ. 0:05
Grissom i jego ludzie prowadzą dochodzenie w sprawie zabójstwa trzyletniej dziewczynki. Ślady wskazują, że była torturowana.



DR HOUSE 6 TVP 2

CZWARTEK GODZ. 20:45
Do szpitala trafia zawodnik futbolu amerykańskiego, który dostał napadu szału. Lekarze mają mało czasu, by postawić diagnozę.



CSI: NOWEGO JORKU 4 POLSAT

CZWARTEK GODZ. 20:00
Mac wraca z Londynu. Tymczasem przy Statui Wolności śledczy znajdują zwłoki strażniczki i zabalsamowane ciało mężczyzny.



FRINGE: NA GRANICY ŚWIATÓW TVN

CZWARTEK GODZ. 23:40
W Bostonie pewien mężczyzna stracił przytomność, a jego krew opryskała całe biuro. Olivia i Peter badają tajemniczą sprawę.

warto obejrzeć

21:10 Kocham Cię, Polsko!

TVP 2 PROGRAM ROZRYWKOWY



Znane osoby stają do rywalizacji, w której muszą się wykazać wiedzą na temat naszego kraju. Tym razem szeregi drużyny Marzeny Rogalskiej zasilą Anna Wyszkoni, Maciej Rock i Magdalena Zawadzka, zaś po stronie Katarzyny Zielińskiej staną Bartosz Obuchowicz, Paweł Golec i Ewa Kasprzyk. Gościem muzycznym wydania będzie Maciej Maleńczuk. Jako gospodarz programu tradycyjnie zaś wystąpi Maciej Kurzajewski.

22:00 HBO Stand Up Comedy Club (1) PR. ROZRYWKOWY

HBO

Początkujący oraz doświadczeni komicy bawią widzów, improwizując na scenie. Kacper Ruciński z Malborka opowie o wycieczce do kina. Abelard Giza, lider kabaretu Limo, przedstawi parodię Leszka Balcerowicza, zaś na koniec wystąpi Krzysztof Daukszewicz, mistrz ciętego komentarza, który nie stroni od kontrowersyjnych tematów.

11:30 Zawody Pucharu Świata w Kuusamo

TVP 2



BIEGI NARCIARSKIE Pierwsze w tym sezonie biegi na dystansach sprinterskich. Przed rokiem w fińskim Kuusamo w konkurencji tej niespodziewanie na najwyższym stopniu podium stanęła Justyna Kowalczyk. Polka, która dużo lepiej spisuje się na długich dystansach, wyprzedziła na finiszu specjalizującą się w sprintach Słowenkę Petrę Majdić i Słowaczkę Alenę Prochazkovą.

17:30 Gustave Eiffel. Nie tylko wieża DOKUM.

PLANETE

Gustave Alexandre Eiffel przeszedł do historii jako architekt nazwanej na jego cześć słynnej wieży w Paryżu. Francuski inżynier i konstruktor był również pionierem wielu odkryć w dziedzinie aerodynamiki. Jako pierwszy zasugerował też budowę tunelu pod kanałem La Manche. Reżyser Charles Berling rozmawia z potomkami Eiffela.

20:00 Happy Feet: Tupot małych stóp

TVN ANIMOWANY ★★★



Pingwinek Mambo jako jedyny w swojej krainie nie umie śpiewać. Choć potrafi świetnie stepować, zostaje skazany na banicję.

Antarktyda. Pingwinek Mambo przyszedł na świat w krainie słynącej z obdarzonych talentem wokalnym przedstawicieli jego gatunku. Śpiew zapewnia im poczucie wspólnoty i cementuje związki. Niestety, Mambo nie ma tej zdolności. Jego mama Norma Jean nie widzi w tym nic złego, ale ojciec Memphis obawia się o przyszłość syna, który przez swoją nieumiejętność może nigdy nie znaleźć pokrewnej duszy. Pingwinek posiada inny cenny dar – potrafi doskonale stepować. To jednak za mało dla przywódcy Imperium Pingwinów, który skazuje Mamba na banicję, uznając, że nie pasuje on do reszty stada. Podczas samotnej podróży wygnaniec spotyka obce pingwiny. Są one zachwycone jego zdolnością stepowania i zapraszają go do swojej krainy. Tam pingwinek odkrywa, że najważniejsze jest bycie sobą.

Australia/USA 2006. Reż. George Miller, Warren Coleman

film poleca Kropka tv



20:25 Straszny film 3

TVP 1 HORROR KOMEDIOWY ★

Dziennikarka Cindy Campbell (Anna Faris) tropi zjawiska paranormalne. Tym razem jej zainteresowanie budzą tajemnicze kręgi, które pojawiły się na polu byłego pastora, Logana (Charlie Sheen). Wkrótce przyjaciółka Cindy umiera po obejrzeniu kasety wideo. Reporterka próbuje się dowiedzieć, czy śmiercionośne nagranie ma jakiś związek ze znakami na polu. Tymczasem świat jest zagrożony inwazją kosmitów.

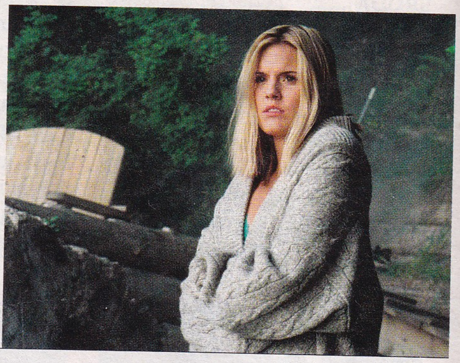
USA 2003. Reż. David Zucker. Wyk. Anna Faris, Pamela Anderson, Charlie Sheen, Leslie Nielsen, Queen Latifah, Simon Rex, Jianna Ballard i inni

22:00 Mgła

POLSAT HORROR ★

Nadmorskie miasteczko Antonio Bay otacza gęsta mgła, w której kryje się przerażająca siła. Przed stu laty doszło tu do zbrodni. Statek z trędowatymi został celowo skierowany na skały, o które się roztrzaskał. Teraz duchy ofiar przybywają z zaświatów, by zemścić się na potomkach swoich oprawców. Jednym z nich jest Nick Castle (Tom Welling). Życie jego i jego dziewczyny Elizabeth (Maggie Grace) jest w niebezpieczeństwie.

USA/Kanada 2005. Reż. Rupert Wainwright. Wyk. Tom Welling, Maggie Grace, Selma Blair, DeRay Davis, Kenneth Welsh, Adrian Hough i inni



UWAGA KONKURS!
WEJDŹ NA
WWW.KROPKATV.PL

20:00 Wycieczkowicze

TVN 7 KOMEDIA ★★

Grupa osób jedzie na wycieczkę nad Adriatyk. Wśród nich są sympatyczna Jolana (Anna Polívková) i jej rodzice, którzy przechodzą kryzys wieku średniego. Odpocząć nad morzem zamierzają też dwie starsze panie – Helga i Šarlota – oraz para gejów. Największe zainteresowanie wczasowiczów wzbudza jednak seksowny piosenkarz Max. Wycieczka obfituje w komiczne i absurdalne sytuacje.

Czechy 2006. Reż. Jirzí Vejdielek. Wyk. Anna Polívková, Eva Holubová, Bohumil Klepl, Kvieta Fialová, Jana Sztiepánková, Ondrej Koval i inni

TVP 1

5:05 Moda na sukces (5234, 5235) – telenowela, USA 2008 (powt.)
6:00 **Kawa czy herbata?** – magazyn
8:05 **Polityka przy kawie**
8:25 **Radio Romans** (23): Spięcia – serial obyczajowy, Polska 1994
8:50 **Mężczyzna twojego życia** ★★ – komedia romant., Francja/Belgia/Szwajcaria 2006, reż. Laurence Katrian, wyk. Arielle Dombasle
10:55 **Budzimy do życia** – felieton
11:05 **Miejsce z historią**
11:20 **Telezakupy**
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12:40 NATURA W JEDYNCE: **Życie gadów i płazów** (5-ost.): Opancerzone olbrzymy – serial przyrodniczy, Wielka Brytania 2008
13:45 **Plebania** (1582) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
14:15 **Klan** (1971) – telen. (powt.)
14:45 **Opole 2010 na bis:** Serialowy przebój lata – koncert
15:00 **Wiadomości, pogoda**
15:15 **Jaka to melodia?** (powt.)
15:50 **Moda na sukces** (5236, 5237) – telenowela, USA 2008
16:40 **Celownik** – mag. reporterów
17:00 **Teleexpress, pogoda**
17:25 **Plebania** (1583) – serial obyczajowy, Polska 2010
17:55 **Klan** (1972) – telen., Pol. 2010
18:35 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
19:05 **Wieczorynka:** Tomek i przyjaciele
19:30 **Wiadomości, sport**

TVP 2

5:35 **M.A.S.H.** (125) – serial komediowy, USA 1977
6:10 **Opowiedz nam swoją historię...** – talk-show (powt.)
6:55 **Telezakupy**
7:30 **Na dobre i na złe** (58) – serial obyczajowy, Polska 2001
8:30 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
9:00 **Pogoda**
9:05 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
9:35 **Panorama**
9:40 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
10:15 **Pogoda**
10:20 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
10:50 **Pogotowie modowe** – magazyn
11:15 **Biegi narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Kuusamo – studio *live*
11:30 **Biegi narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Kuusamo – biegi sprinterskie stylem klasycznym kobiet i mężczyzn *live* (s. 24)
13:30 **Faceci do wzięcia:** Porzucone dziecko – kom., Polska 2006 (powt.)
14:05 **Laskowik & Malicki** – program rozrywkowy
14:30 **Barwy szczęścia** (496) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
15:05 **Tancerze** (30) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
16:00 **Program lokalny**
16:35 **U Pana Boga w ogródku** (8) – serial komediowy, Polska 2008
17:25 **Gilotyna** – teleturniej
18:00 **Panorama, sport**
18:40 **Gorący temat** – pr. publicyst.
19:00 **Kabaretożercy** – teleturniej

POLSAT

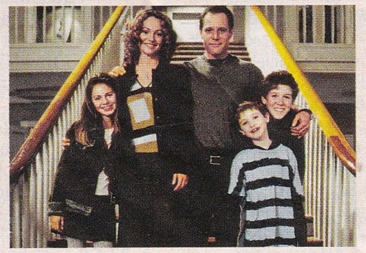
5:00 **Wstawaj! Gramy!** – pr. muz.
6:00 **Nowy dzień z Polsat News**
6:50 **Lustrzana maska** – film fantasy, ★★ USA/Wielka Brytania 2005, reż. Dave McKean, wyk. Jason Barry, Rob Brydon, Stephanie Leonidas
8:55 **Świat według Kiepskich** (121, 122) – kom., Polska 2001
10:00 **Daleko od noszy** (127, 128) – serial komediowy, Polska 2007
11:00 **Malanowski i partnerzy** (239) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010, wyk. Bronisław Cieślak
11:30 **Samo życie** (1554) – serial obyczajowy, Polska 2010
12:00 **Rodzina zastępcza plus** (213) – serial komediowy, Polska 2005
13:00 **Łabędziem być... 2** (9) – reality show, USA
14:00 **Pierwsza miłość** (1192) – serial obyczajowy, Polska 2010
14:45 **Benny Hill** (22, 23) – program rozrywkowy
15:50 **Wydarzenia, pogoda**
16:15 **Interwencja** – mag. reporterów
16:30 **Malanowski i partnerzy** (240) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010, wyk. Bronisław Cieślak
17:00 **Dlaczego ja?** (116) – serial fabularno-dokumentalny, Pol. 2010
18:00 **Pierwsza miłość** (1193) – serial obyczajowy, Polska 2010
18:50 **Wydarzenia, sport**
19:30 **Świat według Kiepskich** (163): Humor telewizyjny – serial komediowy, Polska 2004

TVN

5:40 **Uwaga!** – mag. rep. (powt.)
6:00 **Mango** – telezakupy
7:00 **Granie na śniadanie** – teleturniej interaktywny *live*
8:00 **Majka** (170) – telenowela, Polska 2010 (powt.)
8:30 **Dzień dobry TVN** – mag. *live*
11:00 **Na Wspólnej** (1350) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
11:35 **Granie na ekranie** – teleturniej interaktywny *live*
12:10 **Mango** – telezakupy
12:40 **W-11 – Wydział Śledczy** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010 (powt.)
13:20 **Detektywi** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010 (powt.)
13:50 **Niania** (81, 82) – serial komediowy, Polska 2008
14:55 **Między kuchnią a salonem** – talk-show *live*
15:55 **Rozmowy w toku** – talk-show
16:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** – serial fabularno-dokumentalny
17:55 **Majka** (171) – telenowela, Polska 2010, wyk. Joanna Osyda
18:25 **Detektywi** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
Maciek Friedek zajmuje się sprawą studentki, która jest szantażowana. Detektyw podejrzewa ukochanego dziewczyny oraz jej współlokatorkę, którzy wyraźnie się nie lubią i nawzajem się oskarżają.
19:00 **Fakty, sport**
19:50 **Uwaga!** – magazyn reporterów









TVP 1 – wieczór

20:25 **Straszny film 3** – horror ★ komediowy, USA 2003, reż. David Zucker, wyk. Leslie Nielsen (s. 24)
22:00 **Telefon zaufania** – thriller, ★★ Wielka Brytania 2007, reż. Jamie Payne, wyk. Ray Stevenson
Peter Brisco spotyka byłą narzeczoną, Katy. Zakochują się w sobie na nowo. Kobieta ginie jednak w wypadku. Wkrótce mężczyzna dostaje numer telefonu, pod którym rzekomo usłyszy głos Katy z zaświatów. Brisco uważa, że to makabryczny żart. Kiedy jednak poznaje Catt, zaczyna wierzyć, że jest ona wcieleniem Katy.
23:50 **Fałszerze. Powrót sfory** (9, 10) – serial sens., Polska 2006
1:35 **Telezakupy**
1:55 KINO NOCNYCH MARKÓW: ★★ **Miłość buja w obłokach** – komedia romantyczna, Francja 2005, reż. Rémi Bezançon, wyk. Vincent Elbaz, Marion Cotillard
3:45 KINO NOCNYCH MARKÓW: ★★★ **Kod nieznany** – dramat obycz., Francja/Niemcy/Rumunia 2000, wyk. Juliette Binoche
5:35 **Zakończenie**

TVP 2 – wieczór

20:05 **Na dobre i na złe** (422): Nadawca nieznany – serial obyczajowy, Polska 2010
Tomek przygotowuje się do złożenia przysięgi Hipokratesa. Zosia liczy na to, że chłopak odbędzie staż na oddziale chirurgii w Leśnej Górze. Tymczasem od Trettera dowiaduje się, że dla młodego lekarza nie ma miejsca. Burska sądzi, że to Gawryło zajął wolne stanowisko.
21:10 **Kocham Cię, Polsko!** – program rozrywkowy (s. 24)
22:45 **Samotny ojciec** – film ★★ obyczajowy, USA 1997, reż. Michael Switzer, wyk. Brian Austin Green, Nicholle Tom (s. 24)
0:25 **Rozdroże Café** – dramat ★★ obyczajowy, Polska 2005, reż. Leszek Wosiewicz, wyk. Robert Olech, Maria Pakulnis
2:25 **Apetyt na życie** (22, 23) – serial obyczajowy, Polska 2010
3:30 **Samotny ojciec** – film ★★ obyczajowy, USA 1997, reż. Michael Switzer, wyk. Brian Austin Green, Nicholle Tom (powt.)
5:00 **Zakończenie**

POLSAT – wieczór

20:00 **Kevin sam w domu 4** – komedia, ★ USA 2002, reż. Rod Daniel, wyk. Mike Weinberg, French Stewart, Jason Beghe, Joanna Going
Kevin McCallister przyjeżdża na święta do rezydencji nowej narzeczonej ojca. Dom robi na nim wielkie wrażenie. Pewnego razu chłopiec musi zostać w nim sam. Nie wie, że złodziej Marv ze swoją wspólniczką Verą planuje włamanie.
22:00 **Mgła** – horror, USA/Kanada ★ 2005, reż. Rupert Wainwright, wyk. Tom Welling, Maggie Grace, Selma Blair, DeRay Davis (s. 24)
0:05 **Na skróty** – dramat ★★★ obyczajowy, USA 1993, reż. Robert Altman, wyk. Andie MacDowell, Anne Archer, Bruce Davison
Skomplikowane relacje mieszkańców Los Angeles. Ann i Howard dowiadują się, że ich syn cierpi na nieuleczalną chorobę. Zazdrosny Ralph nie potrafi wybaczyć żonie zdrady sprzed lat. Nieustannie jej to wypomina.
3:45 **Tajemnice losu** – program rozrywkowy
4:40 **TV Market** – magazyn reklamowy

TVN – wieczór

20:00 SUPERKINO: **Happy Feet: Tupot** ★★★ **małych stóp** – film animowany, Australia/USA 2006, reż. George Miller, Warren Coleman (s. 24)
22:15 **W sieci zła** – horror, USA 1998, ★★ reż. Gregory Hoblit, wyk. Denzel Washington, John Goodman
Ktoś dokonuje zbrodni, naśladując metody skazanego na śmierć mordercy. Stanton podejrzewa, że w sprawę zamieszany jest jeden z detektywów prowadzących poprzednie dochodzenie – John Hobbes. Aby oczyścić się z podejrzeń, Hobbes zaczyna własne śledztwo.
0:50 **Yakuza** – film sensacyjny, USA/ ★★ Japonia 1975, reż. Sydney Pollack, wyk. Robert Mitchum, Kishi Keiki, Ken Takakura, Brian Keith
Handlarz bronią nie dostarcza na czas towaru dla yakuzy. Przywódca mafii zleca porwanie jego córki. Ojciec dziewczyny prosi o pomoc Harry'ego Kilmera, swojego kolegę z wojska.
3:05 **Kuba Wojewódzki**
4:00 **Po co spać, jak można grać** – program interaktywny *live*
4:55 **Telesklep** – magazyn reklamowy

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: – za zgodą rodziców – dla dorosłych

Kropka tv

PT SO ND PO WT ŚR CZ

TV 4



5:00 **Odkrywanie Ameryki** – pr. Mariusza Maksa Kolonko
5:25 **Lalola** (9) – telenowela, Argentyna 2007
6:10 **Muzyczne listy** – magazyn muzyczny
7:15 **Słoneczny patrol** (61) – serial obycz., USA 1989
8:20 **Dziewczyny z fortuną**
9:20 **Morze miłości** (58) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
10:20 **Osaczona** (49) – serial obyczajowy, USA 2007
11:20 **Nie igraj z aniołem** (68) – serial obycz., Meksyk 2008
12:20 **Muzyczne listy** – magazyn muzyczny
13:30 **Odkrywanie Ameryki**
14:00 **Dziewczyny z fortuną**
15:00 **Słoneczny patrol** (62) – serial obycz., USA 1989
16:00 **Zbuntowani 2** (26) – serial obyczajowy, Meksyk 2005
17:00 **mała Czarna** – talk-show
18:00 **Nie igraj z aniołem** (69) – serial obycz., Meksyk 2008
19:00 **Morze miłości** (59) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
20:00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2005
22:00 **Śmierć na talerzu 2** (6) – serial dokumentalny, Singapur 2008-2010
23:05 **Sekretne życie** ★ – film erotyczny, USA
0:45 **Terrorysta** ★ – dramat sensacyjny, USA 2001, reż. Albert Pyun, wyk. Steven Seagal, Tom Sizemore
2:15 **Muzyczne listy** – magazyn muzyczny
3:10 **KINOmaniak** – mag.
3:35 **VIP** – program kulturalny
4:00 **TV Market**
4:30 **Zakończenie**

TVN 7



5:05 **Marina** (68) – telenow., USA/Meksyk 2006
5:55 **Na Wspólnej** (790) – serial obycz., Polska 2007
6:25 **Kuba Wojewódzki** – talk-show
7:25 **Plotkara** (3) – serial obyczajowy, USA 2008
8:20 **Brzydula** (123, 124) – serial kom., Polska 2009
9:25 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze** (15) – serial sensacyjny, USA 1995
10:25 **Ally McBeal** (7) – serial komediowy, USA 1998
11:25 **Mango** – telezakupy
13:00 **Apetyt na kasę** – telet.
14:00 **Marina** (69) – telenow., USA/Meksyk 2006
15:00 **Kuba Wojewódzki** – talk-show
16:00 **Plotkara** (4) – serial obyczajowy, USA 2008
17:00 **Brzydula** (125, 126) – serial kom., Polska 2009
18:00 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze** (16) – serial sensacyjny, USA 1995
19:00 **Ally McBeal** (7) – serial komediowy, USA 1998
20:00 CZESKI FILM: **Wycieczkowicze** ★★ – komedia, Czechy 2006, reż. Jiří Vejdělek, wyk. Anna Polívková, Eva Holubová, Bohumil Klepl (s. 24)
22:30 **Nie z tego świata** (2) – serial fantasy, USA 2005
23:30 **Żony ze Stepford** ★★ – komedia s.f., USA 2004, reż. Frank Oz, wyk. Nicole Kidman, Matthew Broderick
1:25 **Arkana magii** – interaktywny program rozrywkowy, Polska
3:30 **Zakończenie**

TVP POLONIA



7:00 **Co nam w duszy gra**
7:55 **Psie opowieści, czyli ochy i fochy** – pr. dla dzieci
8:10 **Buli** – anim., Kanada 1989
8:30 **Pytanie na śniadanie**
9:00 **Pogoda**
9:05 **Pytanie na śniadanie**
9:35 **Panorama**
9:40 **Pytanie na śniadanie**
10:15 **Pogoda**
10:20 **Pytanie na śniadanie**
10:55 **Smaki polskie** – magazyn
11:05 **Doręczyciel** (12) – obycz.
12:00 **Wiadomości**
12:15 **Plebania** (1573) – obycz.
12:45 **Polska 24. Opinie**
13:10 **Janosik** (1/13) – przyg.
14:05 **Światowiec**
14:35 **Laskowik & Malicki**
15:30 **Smaki czasu z Karolem Okrasą** – mag. kulinarny
16:00 **Złote Przeboje – lista przebojów** – mag. muz.
16:30 **Złotopolscy** (50) – telen.
17:00 **Teleexpress**
17:25 **M jak miłość** (770)
18:15 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
18:45 **Plebania** (1573) – obycz.
19:15 DOBRANOCKA: **Fortele Jonatana Koota** – anim.
19:30 **Wiadomości, sport**
20:15 **Wideoteka Dorosłego Człowieka** – mag. muz.
20:45 **Kabaretowy alfabet Dwójki** – pr. rozrywkowy
21:05 **Polska 24. Informacje**
21:35 **Na dobre i na złe** (417) – serial obycz., Polska 2010
22:35 **S@motność w sieci** ★★ (1/2) – dramat obycz., Polska 2006, wyk. Andrzej Chyra
23:55 **Kabaretowy alfabet Dwójki** – pr. rozrywkowy
0:25 **Złote Przeboje – lista przebojów** – mag. muz.

TV PULS



6:00 **Stacja Porankowo** – program dla dzieci
7:00 **Sędzia Judy** – reality show, USA 2006
7:30 **Burza uczuć** (582) – telenowela, Niemcy 2005
8:30 **Pustynna miłość** (62) – telenowela, USA/ Kolumbia/Brazylia 2010
9:30 **Z archiwum policji** (13)
10:00 **Gdzie jest Elisa?** (62) – telenowela, USA 2010
11:00 **Burza uczuć** (583) – telenowela, Niemcy 2005
12:00 **Dyżur** (42) – serial dok.
12:30 **Sędzia Judy** – reality show, USA 2006
13:00 **Pustynna miłość** (63) – telenowela, USA/ Kolumbia/Brazylia 2010
14:00 **Gdzie jest Elisa?** (63) – telenowela, USA 2010
15:00 **Bajki animowane**
16:00 **Mój brat jest psem** ★★ – film familijny, Niemcy/Wielka Brytania/Holandia 2004
18:00 **Bajki animowane**
18:30 JUNIOR TV: **Myszorki na prerii** – serial animow.
19:00 JUNIOR TV: **Pszczółka Maja** – serial animowany
19:30 JUNIOR TV: **Całkiem nowe przygody Toma i Jerry'ego** – anim., USA
20:00 JUNIOR TV: **Pixie i Dixie** – serial anim., USA 1962
20:30 **Szok Video** – dok., USA
21:30 **Ale numer!** – program rozrywkowy, Kanada 2002
22:00 **Goło i wesoło** – pr. rozr.
23:00 **Dziewczyny na ekran** – program rozrywkowy
23:35 **Ukryte żądze** ★ – film erotyczny, USA 2000, reż. Carter St. George
1:30 **Programy powtórkowe**

ZONE EUROPA



8:00 **Cinemania** (396) – magazyn filmowy, 2010
8:25 **Sokół maltański** ★★★ – dramat kryminalny, USA 1941, reż. John Huston, wyk. Humphrey Bogart
10:15 **Proca** ★★ – dramat obyczajowy, Dania/Szwecja 1993, reż. Ake Sandgren, wyk. Jesper Salén
12:05 **Moje Cross Creek** ★★★ – dramat biograficzny, USA 1983, reż. Martin Ritt, wyk. Mary Steenburgen
14:15 **Wypadek** ★★★ – dramat kryminalny, Wielka Brytania 1967, reż. Joseph Losey, wyk. Dirk Bogarde
16:10 **Nie oddam zamku** ★★ – dramat obycz., Wielka Brytania 2003, reż. Tim Fywell, wyk. Marc Blucas
18:10 **Sokół maltański** ★★★ – dramat kryminalny, USA 1941, reż. John Huston, wyk. Humphrey Bogart
20:00 **Wiek niewinności** ★★★ – dramat obyczajowy, USA 1993, reż. Martin Scorsese, wyk. Daniel Day-Lewis
22:25 PREMIERA: **Misery** ★★★ – thriller, USA 1990, reż. Rob Reiner, wyk. Kathy Bates, Winona Ryder
0:20 **Zrób to dobrze!** ★ – film erotyczny, Włochy 2003, reż. Tinto Brass
1:50 POŻEGNANIE Z FILMEM: **Opowieść podręcznej** ★★ – dramat s.f., USA/Niemcy 1990, reż. Volker Schlöndorff, wyk. Natasha Richardson
3:35 **Mój przyjaciel zdrajca** ★★ – dramat obycz., Francja 1988, reż. José Giovanni, wyk. Valérie Kaprisky

TVP INFO

6:00 Serwis info (co 30 minut) **6:20; 21:07** Telekurier **6:37; 13:10** Raport z Polski **7:48** Twoja@ sprawa **8:03; 10:50** Gość poranka **10:12** Biznes – otwarcie dnia **12:17; 16:15** Biznes
16:00 Rozmowa dnia **17:00; 21:45** Program lokalny
20:10 Forum **22:15** Info Dziennik **23:04** Sportowy wieczór **23:17** Plus minus **23:46** S jak szpieg

TVN 24

5:55 Serwis informacyjny (co 15 minut) **11:00** Serwisy (co 30 minut)
16:00 Fakty po południu **17:10** Prosto z Polski **17:45** Świat według Jacka **18:00** Tak jest **19:00** Fakty, ludzie, pieniądze **19:26** Fakty po Faktach **19:55** Sportowe podsumowanie dnia
20:00 Piaskiem po oczach **20:23** Polska i świat **21:20** Rozmowa bardzo polityczna **22:00** Szkło kontaktowe

TVS

16:20 Informator miejski **16:35** Pasión Morena (62) **18:05** Zumba z fitness center **18:20** Bajkowa TVS **19:05** Najzabawniejsze wideo świata **19:35** Propozycje do „Listy śląskich szlagierów"
20:00 Silesia informacje **20:25** Cała wstecz **21:15** Jutro Meksyk – film psychologiczny, Polska 1965
23:00 Muzyka w TVS **0:00** Silesia informacje **0:30** Muzyka w TVS

POLSAT NEWS

6:00 Serwis informacyjny (co 15 minut)
8:50 Graffiti **9:00** Serwis informacyjny (co 30 minut) **11:45** Graffiti
15:35 Giełda komentarzy **15:50** Wydarzenia **16:25** 100 sekund
16:30 Biznes Informacje **18:15** Graffiti **18:30** Magazyn „Polska"
18:50 Wydarzenia **19:20** Gość „Wydarzeń" **19:30** Interwencja
20:00 To był dzień **21:00** Informacje dnia **21:30** To był dzień na świecie

TVP KULTURA

11:55 **Uciekinier** – dok., Pol.
13:05 **Iwan Groźny** (2-ost.) ★★★ – dram. biograficzny, ZSRR '44
14:40 **De Mono Live** – koncert
15:05 **Kochankowie roku tygrysa** ★ – melodramat, Polska/Chiny 2005
17:05 JESIEŃ Z MISTRZEM: **Mini wykłady o maxi sprawach**
17:30 **Informacje kulturalne**
17:50 **Z archiwum i pamięci**
19:00 **Życie Kamila Kuranta** (3)
20:15 KINO ROSYJSKIE: **Początek** ★★★ – dramat obyczajowy, ZSRR 1970
21:55 **Tygodnik kulturalny**
22:55 **Szatański plan** ★★ – dram. obyczajowy, Australia 2006
0:25 **Informacje kulturalne**
0:50 ROCKOWY POCZĄTEK NOCY: **Judas Priest: „Rising in the East"**
2:15 KINO NOCNE: **Spadek** ★ – dramat obyczajowy, Polska/Wielka Brytania 2005

TELE 5

6:00 **Anita** (27) – telen.
7:00 **Telezakupy** – mag. rekl.
10:00 **Kosmica TV**
12:00 **Anita** (28) – telen.
13:05 **Był sobie złodziej** (15)
14:05 **Mroczny rycerz** (9)
15:10 **Wirus** ★ – film sensacyjny, USA 2001, wyk. Tom Wright
17:05 **Lub czasopisma!**
17:20 **Mroczne niebo** (13) – serial s.f., USA 1996
18:25 **Najgorszy tydzień mojego życia** (10) – kom.
19:05 **Był sobie złodziej** (16) – serial sens., Kanada 1997
20:00 **Epicentrum** ★ – film sensacyjny, USA 2002
21:55 **Na tropie zbrodni** (24) – serial krym., Kanada 1998
22:55 **Lub czasopisma!**
23:10 **Stardust** (1)
23:50 **Miejskie legendy** (17)
0:50 **Zwierzenia pani mecenas** ★ – erot., USA 2000
2:20 **Nocny patrol** – pr. rozr.

13TH STREET UNIVERSAL

6:00 **Potyczki Amy** (17) – obycz.
7:00 **Skrywane zbrodnie** ★★ – thriller, Kanada 2009
9:00 **Punkt krytyczny** (5)
10:00 **Morderstwa w Midsomer** (3) – krym.
12:00 **Potyczki Amy** (2) – obycz.
13:00 **Punkt krytyczny** (5)
14:00 **Prawo i porządek 11** (3)
15:00 **Columbo: Spoczywaj w pokoju** ★★ – krym., USA '90
17:00 **Dowody zbrodni** (21, 22)
19:00 **Prawo i porządek 11** (3)
20:00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (17) – krym.
21:00 **Prawo i porządek 15** (21, 22) – serial krym., USA
23:00 **Prawo i porządek: Zbrodniczy zamiar** (11)
0:00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (17) – krym.
1:00 **Nowe gliny** (12) – krym.
2:00 **Głęboko w ukryciu: Mężczyźni i chłopcy** ★★ – dramat krym., W. Bryt. '03

ALE KINO!



- **8:00** **Caracas** – film krótkom. Polska 2006
- **8:15** **Jeśli się odnajdziemy** – dramat obyczajowy, Polska 1982 ★★
- **9:55** **Drzewo cytrynowe** – dramat polityczny, Izrael/Niemcy/Francja 2008 ★★
- **11:50** **Milionerzy** – film familijny, USA/Wlk. Bryt. 2004, wyk. Alexander Nathan Etel ★★
- **13:40** **Kierunek: Islandia** – film krótkometrażowy, Pol. 2008
- **14:15** **Ostatni taniec** – film obyczajowy, Kanada 2003, wyk. Patrick Swayze ★★
- **16:05** **Gniazdo** – film historyczny, Polska 1974, reż. Jan Rybkowski, wyk. Wojciech Pszoniak ★★
- **17:55** **W oku kamery** (9): Komedie – serial dok., Holandia 2009
- **18:35** **Wielkie kłopoty** – komedia, USA 2002, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. Tim Allen, Rene Russo ★★
- **20:10** PREMIERA: **Lato miłości** – film obyczajowy, Wielka Brytania 2004, reż. Paweł Pawlikowski, wyk. Nathalie Press, Emily Blunt ★★★
- **21:45** **Z podniesionym czołem** – dramat sens., USA 2004, wyk. The Rock ★
- **23:25** **Więzień nienawiści** – dramat społeczny, USA 1998, wyk. Edward Norton ★★
- **1:35** **Czarny wąwóz** – film kostiumowy, Polska/Czechosłowacja 1989 ★★
- **3:25** **Pamiętasz mnie?** – dramat obycz., Pol. 2007 ★★
- **4:40** **Wstyd** – dramat obyczajowy, Polska 2006 ★★
- **5:55** **Zakończenie**

KINO POLSKA



- **6:05** **Marszałek Piłsudski** (3)
- **7:00** BAJKI: **Krasnoludki i diabełki** – serial anim.
- **7:10** BAJKI: **Żyrafiątko**
- **7:20** BAJKI: **Lis Leon** – anim.
- **7:30** BAJKI: **Na szlaku**
- **7:40** BAJKI: **Dwa koty i pies**
- **8:00** **Stawiam na Tolka Banana** (5): Cygan – obycz.
- **8:50** **Najważniejszy dzień życia** – serial obycz., Polska
- **10:00** **W Iluzjonie** (2): Aleksander Żabczyński. Amant komediowo-liryczny
- **10:30** **Złota maska** – melodramat, Polska 1939 ★★
- **12:00** **Studio propagandy sukcesu** (4) – mag., Pol.
- **12:10** **Plac budowy** – film dok.
- **12:30** **Pejzaż horyzontalny** – film obycz., Pol. 1978 ★
- **14:10** **Rozwodów nie będzie** – kom., Polska 1963 ★★
- **16:00** **Marszałek Piłsudski** (3)
- **17:00** BAJKI: **Krasnoludki i diabełki** – serial anim.
- **17:10** BAJKI: **Lis Leon** – anim.
- **17:20** BAJKI: **Rycerze walecznego smoka** – anim.
- **17:30** BAJKI: **Dwa koty i pies**
- **17:40** BAJKI: **Komar i orkiestra**
- **18:10** **Sława i chwała** (3)
- **19:10** **Polska 1974** – film dok.
- **19:30** **Mechaniczna narzeczona** – etiuda film., Polska
- **19:40** **Nasze osiedla**
- **20:00** BAJKI: **Reksio** – serial anim., Polska 1972
- **20:25** **Och, Karol** – komedia obycz., Polska 1985 ★★
- **22:15** **Operacja „Himmler"** – film wojenny, Polska 1979 ★★
- **23:50** **Wielki układ** – film obyczajowy, Polska 1976 ★★
- **1:30** **Kuchnia polska** – dramat obyczajowy, Polska 1991 ★★

FILMBOX

- **6:20** **Pokemony na zawsze 4** – anim., Japonia/USA 2002 ★★
- **7:55** **Pokemon 6** – film anim., Japonia/USA 2004 ★
- **9:30** **Pokemon 7** – film anim., Japonia 2006 ★
- **11:20** **Rzeka dzieciństwa** – film obyczajowy, USA 1992 ★★★
- **13:35** **Mój pan mąż** – komedia muzyczna, USA 1936 ★★
- **15:30** **Szepty aniołów** – dramat obyczajowy, USA 1998 ★
- **17:20** **Pierwsza miłość nie rdzewieje** – dramat obycz., USA/Niem. 2000 ★★
- **19:15** **Córka mojego szefa** – komedia, USA 2003 ★★
- **21:00** **10.5: Apokalipsa** (2-ost.) – film katastrof., USA 2006 ★
- **22:45** **Czarodziejskie buty Jimmy'ego** – komediodramat, Wielka Brytania/Francja 2000 ★★
- **0:40** **Viola i chłopaki** – komedia, Włochy 1998 ★★
- **2:15** **Chandon Pictures** (1) – serial kom., Australia
- **2:45** **Letni zawrót głowy** – kom. romant., Francja/Wielka Brytania/Włochy 2002 ★★

FILMBOX EXTRA

- **9:25** **Super Mario Bros** – kom. s.f., USA/W. Bryt. 1993 ★★
- **11:20** **Chodliwe tematy** – kom., Australia/USA 2000 ★★
- **13:20** **Naqyouqyatsi** – film dokum., USA 2002 ★
- **14:50** **Podwójna gra** – dramat biograficzny, Kanada/Wielka Brytania/USA 2004 ★★
- **16:35** **Daleko od nieba** – dramat obycz., USA/Francja 2002 ★★★
- **18:25** **James Dean – buntownik?** – film biograficzny, USA 2001 ★★
- **20:05** **Wszystko o Adamie** – kom. romant., Irlandia/Wielka Brytania/USA 2000 ★★
- **21:40** **Marynarze** – dramat obyczajowy, Francja 2003 ★★
- **23:35** **Martyrs. Skazani na strach** – horror, Francja/Kanada 2008 ★★

CANAL+

- **7:30** **Amerykański tata 4**
- **8:00** **Szczęściarz Antoni** – komedia, Polska 1960 ★★
- **9:20** **Człowiek na linie – Man on Wire** – film dok., USA/W. Bryt. 2009
- **11:00** **Śledztwo na cztery ręce** – kom. krym., Francja 2008 ★★
- **12:50** **Kobieta bez głowy** – thriller, Argentyna/Francja/Włochy/Hiszpania 2008 ★★
- **14:25** **Biały smok** – film przyg., Polska/USA 1986 ★★
- **16:00** **Dzień, który odmienił twoje życie** – dramat obycz., Francja 2008 ★★
- **18:00** **Szczęśliwy powrót** – komediodram., USA 2008 ★★
- **20:00** **Łapu-capu**
- **20:10** **Amerykański tata 4**
- **20:35** ✗ **Nie przegap** – mag.
- **20:45** ✗ **Łapu-capu**
- **20:50** ✗ **Minisport+**
- **21:00** PREMIERA: **W obliczu przeznaczenia** – dram. obycz., USA/Niem. 2009 ★★
- **23:00** **Wojna polsko-ruska** – dram. obycz., Pol. 2008 ★★
- **0:50** **Kuchnia filmowa: Wojna polsko-ruska**

CANAL+ FILM

- **10:10** DESER: **Olimpijski finał zawodów w podnoszeniu zwierząt**
- **10:20** **Skarb** – komedia, Polska 1948 ★★★
- **12:10** **Amerykański tata 4**
- **12:35** **Minisport+**
- **12:45** **Łapu-capu**
- **12:50** **Nie przegap** – mag. inf.
- **13:00** **Jak to się robi** – komedia, Polska 1973 ★★
- **14:25** **Gra dla dwojga** – thriller, USA/Niemcy 2009 ★★
- **16:30** **Możdżer+** – widowisko
- **20:00** **Uczciwy przekręt 2**
- **20:50** **Synekdocha Nowy Jork** – komediodram., USA 2008 ★★
- **23:00** **W obliczu przeznaczenia** – dram. obycz., USA/Niem. '09 ★★
- **0:50** **Adrenalina 2: Pod napięciem** – film sensacyjny, USA 2009 ★★

HBO

- **8:00** **Houdini: Magia miłości** – melodramat, Wielka Brytania/Australia 2007 ★★
- **9:35** **Stare wygi** – komedia, USA 2009 ★★
- **11:05** **Każdy chce być Włochem** – kom. romant., USA 2007 ★★
- **12:50** **Wszyscy mają się dobrze** – dramat obyczajowy, USA/Włochy 2009 ★★★
- **14:30** **Michael Jackson: This Is It** – film dokum., USA 2009
- **16:20** **W krainie czarów** – komediodramat, USA 2008 ★★
- **18:00** **Ścigając marzenia** – dram. obycz., Niemcy/USA 2007 ★★
- **19:45** PREMIERA: **Filmy i gwiazdy** (100) – mag.
- **20:15** PREMIERA: **Tobruk** – film wojenny, Czechy/Słowacja 2008 ★★
- **22:00** PREMIERA: **HBO Stand Up Comedy Club** (1). (s. 24)
- **22:30** **Mogło być gorzej** (1)
- **23:05** **Wilk morski** – film przyg., Kanada/Niemcy 2009 ★★
- **0:40** **Moje życie to nie komedia romantyczna** – kom. romant., Fr. 2007 ★★

HBO 2

- **10:45** **Stowarzyszenie Wędrujących Dżinsów 2** – komedia, USA 2008 ★★
- **12:40** **Jonas Brothers**
- **13:55** **Nierozerwalna więź** – dramat obycz., USA 2009 ★
- **15:30** **Bellamy** – kryminał, Francja 2009 ★★
- **17:20** **Zakazane królestwo** – film przygodowy, USA/Chiny/Australia/Korea Południowa 2008 ★★
- **19:05** **Córka opiekuna wspomnień** – dramat obyczajowy, USA 2008 ★★
- **20:35** **Podróże w czasie: Najczęściej zadawane pytania** – komedia s.f., Wielka Brytania 2009 ★★
- **22:00** **Mroczny rycerz** – film sens., USA/Wielka Brytania 2008 ★★★
- **0:30** **Życie to rewelacja** – dok.

TCM

- **8:50** **Z tobą na wyspie** – melodramat, USA 1948 ★
- **10:45** **TCM Shorts: Andrzej Wajda** (2) – wywiad
- **11:05** **Całując bandytę** – musical, USA 1948 ★
- **12:50** **Wilki morskie** – dramat wojenny, Szwajcaria/USA/Wielka Brytania 1980 ★★
- **15:00** **Z dala od zgiełku** – dramat obyczajowy, Wielka Brytania 1967 ★★
- **18:00** **Na sali kinowej: Kobiety reżyserzy** – film dok.
- **18:30** **TCM Shorts: Ania Dąbrowska** – wywiad
- **19:00** **Doczekać zmroku** – thriller, USA 1967 ★★★
- **21:00** **10** – komedia obyczajowa, USA 1979 ★★
- **23:10** **THX 1138** – dramat s.f., USA 1971 ★★
- **0:50** **TCM Shorts: Matthew Modine o Kubricku i „Pełnym magazynku"**

TV 1000

- **6:00** **Królowie nocy** – dramat sensacyjny, USA 2007 ★★
- **8:00** **Trójkąt** – film przygodowy, USA/W. Bryt. 2005 ★★
- **12:00** **Emile** – dramat obycz., W. Bryt./Kan. 2003 ★★
- **13:40** **Ukryte ostrze** – dram. kostium., Japonia 2004 ★★★
- **16:00** **Kraina szczęścia** – dramat obyczajowy, USA/Norwegia 2004 ★★
- **18:00** **Laura Smiles** – dramat obyczajowy, USA 2006 ★★
- **20:00** **Dom z piasku i mgły** – dramat obycz., USA 2003, wyk. Jennifer Connelly ★★★
- **22:10** **Pająk** – dramat psychologiczny, Kanada/Wielka Brytania 2002 ★★★
- **0:00** **Sweet As Cherry** – film erot., Wielka Brytania 2009 ★
- **2:00** **Sweet Babes** – film erot., Wielka Brytania 2009 ★
- **4:00** **Urok mordercy** – thriller erot., USA/W. Bryt. 2002 ★★

CINEMAX

- **9:40** **Micki i Maude** – komedia, USA 1984 ★★
- **11:35** **Pole** – dramat obycz., Irlandia/W. Bryt. 1990 ★★
- **13:25** **Najlepsi reżyserzy** – serial dokumentalny
- **13:55** **Mama jest u fryzjera** – dramat obyczajowy, Kanada 2008 ★★
- **15:30** **Bohater z Bollywood** – dramat obyczajowy, Holandia 2009 ★★
- **16:50** **Atramentowe serce** – fantasy, Niemcy/USA 2008 ★★
- **18:35** **Rubin i Ed** – komedia, Wielka Brytania 1991 ★★★
- **20:00** **Puchar Himalajów** – kom. obycz., Bhutan/Australia '99 ★★
- **21:35** **Trudna miłość** – dramat krym., Niemcy/USA 2001 ★★
- **23:20** OSTRY PIĄTEK. PREMIERA: **Dzieci** – horror, Wielka Brytania 2008 ★★
- **0:45** **W księżycową jasną noc** – film wojenny, USA 1992 ★★

CINEMAX 2

- **6:00** **Zielona Latarnia** – film animowany, USA 2009 ★★
- **7:15** **Elektryczny jeździec** – komediodram., USA 1979 ★★
- **9:15** **Otello** – dramat psycholog., USA/Wielka Brytania 1995 ★★
- **11:15** **Achilles i żółw** – komediodram., Jap. 2008 ★★
- **13:15** **Miłosne wybory** – komedia, USA 1994 ★★
- **14:50** **Ciężkie czasy** – film sensacyjny, USA 1975 ★★
- **16:20** **Pole miłości** – dramat obyczajowy, USA 1992 ★★
- **18:05** **Micki i Maude** – komedia, USA 1984 ★★
- **20:00** **Wojna Charliego Wilsona** – dramat biograficzny, USA 2007 ★★★
- **21:40** **Achilles i żółw** – komediodramat, Jap. 2008 ★★
- **23:40** **Ostatnia kobieta** – dram. psycholog., Fr./Wł. 1976 ★★
- **1:30** **Uznany za zmarłego** – komediodramat, USA 2009 ★★

HBO COMEDY

- **10:00** **Różowe lata siedemdziesiąte 6** (23, 24)
- **10:50** **Załoga G** – film familijny, USA 2009 ★★
- **12:15** **Filmy i gwiazdy** – mag.
- **12:40** **Ostatnia posługa** – komedia, Francja 2008 ★★
- **14:20** **Wyznania zakupoholiczki** – kom. romant., USA 2009 ★★
- **16:05** **Różowe lata siedemdziesiąte 6** (23, 24)
- **16:50** **Załoga G** – film familijny, USA 2009 ★★
- **18:20** **Ostatnia posługa** – komedia, Francja 2008 ★★
- **20:00** **Znudzony na śmierć** (3) – serial kom., USA 2009
- **20:30** **Trawka 5** (2) – serial komediowy, USA 2009
- **21:00** **Wyznania zakupoholiczki** – kom. romant., USA 2009 ★★
- **22:45** **Will Ferrell: Ostatnia noc z George'em Bushem**
- **0:15** **Znudzony na śmierć** (3) – serial kom., USA 2009

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych ✗ – niekodowany

PT SO ND PO WT ŚR CZ

AXN



6:00 **Medium 5** (9) – serial kryminalny, USA 2009
7:00 **Battlestar Galactica** (3) – serial s.f., USA 2004
8:00 **Lost: Zagubieni 5** (10) – serial przyg., USA 2009
9:00 **Tajemnice Smallville 2** (10) – serial s.f., USA/ Kanada 2002-2003
10:00 **Diagnoza: morderstwo** (5) – serial krym., USA 1993
11:00 **Zdarzyło się jutro 3** (15) – serial sens., USA 1999
12:00 **Battlestar Galactica** (3) – serial s.f., USA 2004
13:00 **Medium 5** (10) – serial kryminalny, USA 2009
14:00 **Tajemnice Smallville 2** (10) – serial s.f., USA/ Kanada 2002-2003
15:00 **Diagnoza: morderstwo** (6) – serial krym., USA 1993
16:00 **Zdarzyło się jutro 3** (16) – serial sens., USA 1999
17:00 **Lost: Zagubieni 5** (11) – serial przyg., USA 2009
18:00 **Tajemnice Smallville 2** (11) – serial s.f., USA/ Kanada 2002-2003
19:00 **Battlestar Galactica** (4) – serial s.f., USA 2004
20:00 **Dr House 3** (14) – serial obyczajowy, USA 2007
21:00 ★★ **Spider-Man 2** – film sensacyjny, USA 2004, wyk. Tobey Maguire
23:30 **Wołanie o pomoc 6** (9) – serial obycz., USA 2010
0:30 **Dr House 3** (14) – serial obyczajowy, USA 2007
1:30 ★★ **Spider-Man 2** – film sensacyjny, USA 2004, wyk. Tobey Maguire
3:45 **Wołanie o pomoc 6** (9) – serial obycz., USA 2010
4:30 **Blok promocyjny AXN**

FOX LIFE



6:10 **Kim jest Samantha? 2** (14) – kom., USA 2008
6:40 **Cougar Town: Miasto kocic** (14) – serial komediowy, USA 2009
7:05 **Top Model. Edycja brytyjska 3** (9)
8:00 **Gotowe na wszystko 4** (8) – serial obycz., USA 2007
9:00 **Czarodziejki** (8) – serial fantasy, USA 1998
9:50 **Prywatna praktyka 2** (12) – obycz., USA 2008
10:45 **Zaklinacz dusz 4** (16) – serial fantasy, USA 2008
11:40 **Grey's Anatomy: Chirurdzy 6** (6) – serial obyczajowy, USA 2009
12:35 **Czarodziejki** (9) – serial fantasy, USA 1998
13:30 **Powrót na October Road 2** (10) – obycz., 2008
14:25 **Gotowe na wszystko 4** (9) – serial obycz., USA 2007
15:20 **Zaklinacz dusz 4** (17) – serial fantasy, USA 2008
16:20 **Prywatna praktyka 2** (13) – obycz., USA 2008
17:10 **Grey's Anatomy: Chirurdzy 6** (7) – serial obyczajowy, USA 2009
18:10 **Czarodziejki** (10) – serial fantasy, USA 1999
19:10 **Kim jest Samantha? 2** (15) – kom., USA 2008
19:35 **Cougar Town: Miasto kocic** (15) – serial komediowy, USA 2009
20:05 **Prywatna praktyka 2** (14) – serial obycz., USA 2008
21:00 **Myślisz, że umiesz tańczyć? 5** (21, 22) – reality show, USA 2009
23:50 **Grey's Anatomy: Chirurdzy 6** (7) – serial obyczajowy, USA 2009

COMEDY CENTRAL



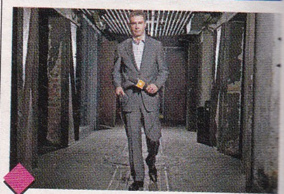
6:00 **Ukryta kamera 5** (24)
6:25 **Ukryta kamera**
6:50 **On, ona i dzieciaki 4** (27, 28) – serial kom., USA
7:40 **8 prostych zasad 2** (3, 4) – serial kom., USA 2002
8:30 **Jak poznałem waszą matkę 4** (17, 18) – serial kom., USA 2008-2009
9:30 **Dharma i Greg 5** (17, 18) – serial kom., USA 1997
10:20 **Kasia i Tomek 4** (30, 31) – kom., Polska 2002-2003
11:15 **Hoży doktorzy 3** (3, 4) – kom., USA 2003-2004
12:10 **Wszyscy nienawidzą Chrisa 2** (1, 2) – serial komediowy, USA 2006
13:00 **Jak poznałem waszą matkę 4** (19, 20) – kom.
13:55 **Dharma i Greg 5** (19, 20) – serial kom., USA 1997
14:50 **Kasia i Tomek 4** (32) – kom., Polska 2002-2003
15:20 **Kasia i Tomek 2** (1) – serial komediowy, 2003
15:45 **Jak poznałem waszą matkę 4** (21, 22) – kom.
16:40 **8 prostych zasad 2** (15, 16) – kom., USA 2002
17:35 **On, ona i dzieciaki 4** (29, 30) – serial kom., USA
18:25 **Kasia i Tomek 2** (2, 3) – serial kom., Polska 2003
19:20 **Hoży doktorzy 3** (5, 6) – kom., USA 2003-2004
20:10 **Dwóch i pół** (5, 6) – serial komediowy, USA 2003
21:00 **Projekt dziecko 2** (9, 10) – kom., USA 2007-2010
22:00 **Mów mi Fitz** (3, 4) – serial komediowy, Kan.
22:45 **Włatcy móch** – anim., Pol.
23:45 **Sarah Silverman 3** (9, 10)
0:50 **Comedy Central Prezentuje** (3) – pr. rozr.

UNIVERSAL CH.



7:20 **Sprawa dla Frosta** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2001
9:00 **Nash Bridges** (10) – serial sens., USA 1996
10:00 **Bez pardonu 2** (18) – serial krym., USA 2002
11:00 **Strażnik Teksasu 4** (8) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
12:00 **Prawdziwe powołanie** (20) – s.f., USA 2003-2004
13:00 **Nash Bridges** (10) – serial sens., USA 1996
14:00 **Strażnik Teksasu 4** (8) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
15:00 **Bez pardonu 2** (18) – serial krym., USA 2002
16:00 **Świry** (10) – serial kryminalny, USA 2007
17:00 **Nash Bridges** (10) – serial sensacyjny, USA 1996, wyk. Don Johnson
18:00 **Strażnik Teksasu 4** (8) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
19:00 **Prawdziwe powołanie** (20) – serial s.f., USA 2003-2004, wyk. Eliza Dushku
20:00 **Świry** (10) – serial kryminalny, USA 2007, wyk. James Roday
21:00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2002-2003, wyk. David Caruso
23:00 **Dexter 4** (12) – serial kryminalny, USA 2009
0:00 **Californication 3** (12) – serial kom., USA 2009
0:50 ★ **Lawina** – thriller, Kan./USA 1994, reż. Paul Shapiro, wyk. David Hasselhoff, Deanna Milligan
3:00 **Zakończenie**

POLSAT 2



6:00 **Wydarzenia**
6:30 **Graczykowie** (12) – serial kom., Pol. 1999
7:00 **Gra w ciemno** – telet.
8:00 **Pierwsza miłość** (1191) – serial obycz., Polska 2010
8:45 **Samo życie** (1527) – serial obycz., Polska 2010
9:30 **Program interaktywny**
10:15 **Tylko miłość** (47) – serial obycz., Polska 2008
11:15 **Gra w ciemno** – telet.
12:05 **Interwencja** – magazyn
12:30 **Drogówka** (251) – mag.
13:00 **Daleko od noszy** (79) – serial kom., Polska 2005
13:30 **Świat według Kiepskich** (186) – serial komediowy, Polska 2004
14:00 **Rodzina zastępcza plus** (306) – kom., Polska 2009
15:00 **Dlaczego ja?** (58) – serial fab.-dok., Polska
16:00 **Adam i Ewa** (117) – telenowela, Pol. 2001
16:30 **Gra w ciemno** – telet.
17:30 **Wydarzenia**
18:00 **Drogówka** (252) – mag.
18:30 **Malanowski i partnerzy** (234) – serial fab.-dok., Pol. 2010
19:00 **Graczykowie** (13) – serial kom., Pol. 1999
19:40 **Interwencja** – magazyn
20:00 **Wydarzenia**
20:45 **Pierwsza miłość** (1192) – serial obycz., Pol. 2010
21:30 **Samo życie** (1528) – serial obycz., Pol. 2010
22:00 **Rodzina zastępcza plus** (307) – kom., Pol. 2009
23:00 **Świat według Kiepskich** (187) – serial komediowy, Pol. 2004
23:30 **Rodzina zastępcza** (40) – serial kom., Pol. 2000

AXN CRIME

12:00 Cztery kobiety i pogrzeb 2 (3) **13:00** Largo 2 (11) **14:00** T.J. Hooker 4 (23) **15:00** Komisarz Rex 2 (1) **16:00** Columbo 7 (2) **17:30** T.J. Hooker 5 (1) **18:30** Petrocelli 2 (2) **19:30** Largo 2 (12) **20:30** Komisarz Rex 2 (1) **21:30** Columbo 7 (2) **23:00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 5 (2) **0:00** Paco i jego ludzie 5 (21) **1:30** T.J. Hooker 5 (1)

AXN SCI-FI

8:00 Teleshop **9:00** Zaginiony świat 2 (8, 9) **11:00** Teleshop **13:00** Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (14) **14:00** Łowcy duchów 3 (15) **15:00** Przygody Merlina (3) **16:00** Zaginiony świat 2 (15, 16) **18:00** Gwiezdne wrota 9 (17, 18) **20:00** Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (15) **21:00** V 2 (16) **22:00** Battlestar Galactica 4 (14, 15) **0:00** Łowcy duchów 3 (15)

POLSAT FILM

5:15 Zza kamery... **10:45** Gwiazda popu – kom., USA 2005 **12:45** Buddy, siatkarz – kom., Kan. 2003 **14:25** Wyścig szczurów – komedia, USA/Kanada 2001 **16:40** Lawina – thriller, USA 1999 **18:55** Anna – dramat obycz., USA 1987 **21:00** ...I sprawiedliwość dla wszystkich – dramat sensacyjny, USA 1979 **23:25** Witajcie w dżungli – film przygodowy, USA 2003

N FILM HD

14:00 Dramat w głębinach – dram. wojenny, USA 1958 **15:50** Idę do kina z... **16:15** Wiosła w dłoń: Zew natury – kom., USA 2009 **17:45** Witamy w Los Angeles – film obycz., USA 1976 **19:40** Bilet do kina **20:00** Wielki film – kom., USA 2008 **21:25** Powrót do domu – dram. obycz., USA 2009 **23:00** Zbrodnie namiętności – dramat sensacyjny, USA 1984

MOVIES 24

12:20 Perry Mason: Niepokorna córka – kryminał, USA 1990 **14:20** Syn swojego ojca – dram. biograf., USA 1999 **16:10** Witamy ponownie – kom. romant., USA 2006 **18:00** Perry Mason: Mistrzowski morderca – kryminał, USA 1989 **20:00** Uprowadzona: 48 godzin strachu **22:00** Między braćmi – film obycz., USA 2005 **0:00** Najskrytszy dotyk – thriller erot., USA

MGM HD

13:30 Jak zamordować własną żonę – komedia, USA 1965 **15:25** Nasz zwycięski sezon – film obycz., USA 1978 **17:00** Niezłomny – film obycz., USA 2008 **18:50** Sokół i koka – thriller, USA 1985 **21:00** Krzycz, póki możesz – horror, W. Bryt. 1970 **22:35** Chattahoochee – dram. obycz., USA 1989 **0:10** Moja młoda ciotka – kom. sensacyjna, Hongkong 1983

ZONE ROMANTICA

12:00 Wojna kobiet (74) **13:00** Kraina namiętności (91) **14:00** Droga do Indii (129) **15:00** Kobieta ze stali (54) **16:00** Niezrozumiany (2) – dram. obycz., Wł. 2002 **18:00** Ojciec Coraje (117) **19:00** Kraina namiętności (92) **20:00** Kobieta ze stali (55) **21:00** Droga do Indii (130) **22:00** Jej samotna walka – dram. obycz., USA 1995 **0:00** Kraina namiętności (92)

ZONE CLUB

15:30 Moda dla każdego (11) **16:00** A właściwie czyj to ślub? (30) **17:00** Zmień swój styl (3) **18:00** Swatka (2) **18:30** Porady różowej brygady 2 (20) **19:30** 10 lat mniej (92) **20:00** Boskie wnętrza (121) – mag. **20:30** Od stóp do głów (39) **21:00** W dobrym stylu (10) **21:30** Lustro mody (1) **22:00** Porady różowej brygady 2 (25) **23:00** 10 lat mniej (65)

POLONIA 1

6:30 Gigi **6:50** Tygrysia maska **7:15** Ty albo nikt (45) **7:45** Top Shop **19:00** Namiętności (25) **19:45** Moje trzy siostry (4) **20:40** Śmiertelna cisza – thriller, USA/Kan. 1997 **22:45** Erotyczna giełda **23:00** Porno filmy **23:20** Mocna ekstaza **23:30** Sex TV **23:40** Porno TV **23:50** Zaniedbywane **0:10** Porno TV **0:20** Reflex **0:30** Sex TV **0:45** Porno TV

ZONE REALITY

12:00 To cud **13:00** Patrol na plaży Bondi **14:00** Powiedz mi, kim jesteś **15:00** Zwierzęce cuda **16:00** To cud **17:00** Patrol na plaży Bondi **18:00** Powiedz mi, kim jesteś **19:00** Kuchenne brudy **19:30** Bez wyjścia **20:00** Zaskakująca diagnoza **21:00** Zbrodnie i śledztwa **22:00** Dziwny ten świat **23:00** To zostało nagrane!

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych ✗ – niekodowany

POLSAT CAFE

6:45 **Telemarket**
7:00 **W krainie luksusu** – mag.
7:30 **Akademia łajdaków**
8:30 **WySPA** – magazyn
9:00 **Kto mnie przygarnie?** (2-ost.) – pr. rozrywkowy
10:00 **Fabryka urody** (6) – mag.
10:30 **Looksus** – magazyn
11:00 **Co w parze piszczy?** (8)
12:00 **Grunt to rodzinka**
13:00 **Być Claudią Cardinale** – film dokumentalny, Włochy 2005
14:10 **Donnavventura** (8)
15:30 **Jem i chudnę** – magazyn
16:00 **mała Czarna** – talk-show
17:00 **Grunt to rodzinka**
18:00 **Aleja sław** – magazyn
18:30 **Gadżety kobiety** – mag.
19:00 **Moment prawdy**
20:00 **15 największych tragedii w Hollywood** (1/2)
21:00 **Grunt to rodzinka**
22:00 **Gwiazdy na dywaniku**
22:30 **Z tyłu sceny** – pr. rozr.
23:00 **Zoom na miasto** – magazyn lifestylowy
23:30 **Dobrenocki** – magazyn
0:00 **Gwiazdy na odwyku**
1:00 **Urodziny viagry**

POLSAT PLAY

13:10 **Supermen** – magazyn
13:40 **Zwariowane wyprawy** (10)
14:10 **100 najpopularniejszych samochodów** (5)
15:10 **Polska liga cudzoziemska** (21) – serial dokumentalny
15:40 **Ochroniarze** (10)
16:10 **Historia Formuły 1**
17:15 **Prywatny poradnik samochodowy** (11) – mag.
17:45 **Pasje gwiazd** – mag.
17:55 **Akademia wojskowa** (5)
18:30 **Samo się nie zrobi** (10)
19:00 **Wojownicy** – cykl dokum.
19:30 **Taaaka ryba** – magazyn
20:00 **100 najciekawszych chwil w wyścigach na wyspie Man** – film dokum.
21:00 **The Best of** (22)
21:30 **Pięściarze** (10)
22:00 **KamaSutra** – pr. rozrywk.
23:00 **Na planie** (10)

DOMO

16:40 Twoje – moje pokoje 3 (2) **17:15** Wnętrza (102) **18:00** Sąsiedzi **18:10** Spryciula (14) **18:35** Ratujcie moją łazienkę (17) **19:00** Gardeners' World (3)
20:00 Ambroży Price zostaje dekoratorem (7) **20:30** Niebiański ogród (7) **21:00** Ostra pobudka z Kim (13) **21:30** Carter potrafi (4) **22:00** Bezczelnie perfekcyjny 2 (3) **23:00** Agent w wielkim mieście (13)

KUCHNIA TV

18:30 Podróż kucharza (19) **19:00** Domowy kucharz (12) **19:30** Kuchnia jak życie (47)
20:00 Kulinarne podróże Sary Wiener (5) **20:30** Anna Olson: Sezon na świeżość 2 (24) **21:00** Ugotowani, czyli bitwa na noże i widelce (7) **21:30** Łatwa kuchnia indyjska 2 (2) **22:00** ImprezuJemy (6) **22:15** Operacja: kolacja (8) **23:05** Restauracja w domu (7)

TVN STYLE

9:40 **Beautiful Story. Piękna historia** – serial dokum.
9:50 **O tym się mówi** – mag.
10:00 **Kobieta na krańcu świata**
10:30 **Druga strona medalu 3**
11:00 **Jak dobrze wyglądać nago** – serial dokum.
12:00 **66 niezapomnianych filmów** – magazyn
12:30 **10 kilo do zrzucenia**
13:00 **Gotuj i chudnij** – mag.
13:30 **Kobieta na zakręcie 5**
14:00 **Pogromczyni długów**
14:30 **Sposób na teściową**
15:00 **Lekcja stylu 8** – magazyn
15:30 **Ja albo mój pies 6** – mag.
16:30 **Ratuj dom, kto może**
17:00 **Czas na biżuterię**
17:05 **Pora do szkoły**
17:15 **Trinny & Susannah ubierają Belgię** – dok.
18:30 **Druga strona medalu 3**
19:00 **Programy dla dzieci**
20:00 **Biografie**
21:00 **Ratuj dom, kto może**
21:30 **Magiel towarzyski 8**
22:15 **66 niezapomnianych filmów** – magazyn
22:45 **Kobieta na krańcu świata**
23:30 **Czytam, bo lubię 3**

BBC ENTERTAINMENT

9:35 **Wspaniałe desery** (2)
10:05 **Wielkie pomysły Jamesa Maya** (1/3) – film dok.
11:05 **Gwiazda stylu** (5)
12:10 **Najsłabsze ogniwo**
13:10 **Hotel Zacisze** (5)
13:50 **Dalziel i Pascoe** (4)
15:00 **Mistrz Kuchni: Australia** (8) – pr. rozrywkowy
15:30 **Wspaniałe desery** (2)
16:00 **Gwiazda stylu** (5)
17:00 **Doktor Who: Ściśle tajne 4** (3) – serial dokum.
17:15 **Prawdziwe przekręty** (2)
17:55 **Najsłabsze ogniwo**
18:50 **Top Gear 13** (4) – mag.
19:50 **Allo, Allo** (4)
20:20 **Moja rodzinka 5** (9)
21:00 **Sędzia John Deed** (2)
22:00 **Nowe triki** (4)
23:05 **Gwiazda stylu** (6)
0:10 **Statyści** (4-6)

BBC KNOWLEDGE

13:00 Wojownicy (1) **14:00** Ameryka Obamy (2) **15:00** Jimmy i globalne zbiory (4) **16:00** Chcę być... (1) **17:00** Top Gear 5 (2) **18:00** Dzieje współczesnego terroryzmu (5, 6) **19:00** Rytuały (6)
20:00 Gandhi (1/3) **21:00** Nauka i zbrodnia (12) **22:00** Stephen Hawking i teoria wszystkiego (2) **23:00** Top Gear 5 (3) **0:00** Dzieje współczesnego terroryzmu (5, 6)

BBC LIFESTYLE

14:05 Gwiazda stylu (5) **14:55** Domowe rewolucje (9)
15:55 Dzieciaki XXI wieku (4) **17:00** Wspaniałe desery (7, 8) **18:00** Jimmy i fabryka jedzenia (3, 4) **19:00** Gwiazda stylu (6)
20:00 Domowe rewolucje (10) **21:00** Zapraszam do stołu (43, 44) **22:00** 10 lat mniej (16) **22:30** Notting Hill **0:55** Gwiazda stylu (6) **1:50** Dzieciaki XXI wieku (4)

PLANETE

6:45 **Zestrzelony nad Berlinem**
7:40 **Parki narodowe. Chluba Ameryki** (9, 10)
9:40 **Wiedeń 1900** – film dok.
10:40 **Chłopcy z bombowców** (4-ost.) – serial dok., Kan.
11:35 **Ludzie i nietoperze**
12:35 **W przeddzień** (3)
13:35 **Pies w akcji 4** (3, 4)
14:35 **Manolete** – film dok.
15:35 **Z innej strony – Francja** (1/2) – film dok., Polska
16:15 **Podwórkowe mądrości** (6) – serial dok., Australia
16:50 **Tętno pierwotnej puszczy** (4) – serial przyrod.
17:30 **Gustave Eiffel. Nie tylko wieża** – film dok., Francja
18:35 **Ushuaia, czyli wszystko w naturze** (10)
20:15 **Biebrzański Park Narodowy** – film dok., Pol.
21:05 **300 orgazmów na dobę**
22:00 **Sprzedawcy śmierci**
23:40 **Dziennik mafijnego bossa** – film dok., Włochy
0:45 **Ikonoklaści** (4)
1:40 **Sudan: podróż w czasie** (3, 4) – serial dok., Polska
3:15 **Zakończenie**

ANIMAL PLANET

10:00 **Szkoła safari** (13)
10:30 **Słonica Echo z Amboseli**
11:00 **Rekordy zwierząt**
12:00 **Zaklinacz węży**
12:30 **Obcy wśród niedźwiedzi**
13:00 **Królowe sawanny**
14:00 **Miasto małp**
14:30 **Wyspa orangutanów**
15:00 **Inwazja kałamarnic**
16:00 **Przetrwać suszę**
17:00 **Niezwykłe zdolności naszych ulubieńców**
18:00 **Szkoła safari** (14)
18:30 **Słonica Echo z Amboseli**
19:00 **Weterynarz bez granic**
20:00 **Życie zwierząt**
21:00 **Sztuka adaptacji**
21:30 **Zwierzę w roli świadka**
22:30 **Policja dla zwierząt w Filadelfii**
23:30 **Na posterunku**
0:30 **Królowe sawanny**

TLC

6:00 Cukiernicy na start **7:00** Kulinarna Grecja **7:30** Szef kuchni w Twoim domu **8:00** Rodzina 2 + 8 **9:00** Słodki biznes **10:00** Wstydliwa prawda **11:00** Ciąża z zaskoczenia **11:30** Rodzina 2 + 8 **12:30** Cukiernicy na start
13:30 Kulinarna Grecja – Baranina z nadzieniem i lody **14:00** Miami Ink – studio tatuażu **15:00** Medyczne zagadki **16:00** Wielki świat małych ludzi – Małe cwaniaki **17:00** Dom na wakacje – Almeria **18:00** Cukiernicy na start – Wesele w smokingach **19:00** Jak się nie ubierać? (15)
20:00 Miami Ink – studio tatuażu – Rozstanie **21:00** Ciąża z zaskoczenia – Oto twój nowy brat **21:30** Chirurgia otyłości – Rodzinne sprawy **22:30** Krępujące utrapienia nastolatków (1) **23:30** Premiera: Kłopoty w raju (9) **0:30** Miami Ink – studio tatuażu

DISCOVERY CH.

6:00 **Producenci motocykli**
7:00 **poTURBOwani**
8:00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
9:00 **Brudna robota**
10:00 **Sekundy grozy** (41, 42)
11:00 **Amerykański chopper**
12:00 **Szkoła przetrwania**
13:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
14:00 **Brudna robota**
15:00 **Jak to jest zrobione?**
16:00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
17:00 **Amerykański chopper**
18:00 **Szkoła przetrwania**
19:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
20:00 **Jak to jest zrobione?** (2)
20:30 **Drwal zawodowiec**
21:30 PREMIERA: **Straż graniczna USA** (12)
22:30 **Szkoła przetrwania**
23:30 **Dwa oblicza survivalu**
0:30 **Szalone pojazdy bliźniaków**
1:30 **Sekundy grozy** (11)
2:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
3:00 **Drwal zawodowiec**

DISCOVERY WORLD

6:00 **Inżynieria ekstremalna**
7:00 **Broń przyszłości** – Broń
8:00 **Pola bitew**
9:00 **Co wiedzieli starożytni**
10:00 **Z akt FBI** – Siła strachu
11:00 **Legendy u schyłku życia**
12:00 **Inżynieria ekstremalna**
13:00 **W obliczu katastrofy**
14:00 **Szalona prędkość**
14:30 **Człowiek, który przetrwa wszystko**
15:30 **Historia oręża**
16:30 **Pola bitew**
17:30 **Z akt FBI**
18:30 **Legendy u schyłku życia**
19:30 **Inżynieria ekstremalna**
20:30 **Historia oręża**
21:30 **Strach, szok i filmy wideo**
22:30 PREMIERA: **Policjanci z Alaski** (2)
23:30 **Zbrodnie, które wstrząsnęły światem**

DISCOVERY SCIENCE

6:00 Gadget Show (26) **6:30** Tajemnice zwykłych rzeczy (3) **7:00** Brainiac (11) **8:00** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **9:00** Gadżety przyszłości **10:00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **11:00** Jak to jest zrobione? **12:00** Brainiac (12) – serial dokum.
13:00 Kosmiczne misje NASA **14:00** Ocal swoją nagrodę **15:00** Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem **16:00** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **17:00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **18:00** Gadget Show (27) **18:30** Jak to jest zrobione? **19:30** Kosmiczne safari (2)
20:30 O co tu chodzi? **21:30** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **22:30** O co tu chodzi? **23:30** Świat przyszłości **0:30** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **1:30** Tajemnice zwykłych rzeczy (4) **2:00** Kosmiczne safari (2)

NATIONAL GEOGR.

6:00 **Zaklinacz psów**
7:00 **Złapany na gorącym uczynku** – Dzika natura
8:00 **Brat robal**
9:00 **Kryminalne zagadki ze świata zwierząt**
10:00 **Wielkie migracje**
11:00 **Wielka wyprawa do Afryki**
12:00 **Czysta nauka**
13:00 **Megafabryki**
14:00 **Cała prawda o Jezusie**
15:00 **Nazistowscy złodzieje sztuki** (2)
16:00 **Wojownik o przyszłość bawołu**
17:00 **Złapany na gorącym uczynku**
18:00 **Zaklinacz psów**
19:00 **Katastrofa w przestworzach**
20:00 **Megafabryki**
21:00 **Zaklinacz psów**
23:00 **Techniki walki 3** – Walczyć jak zwierzęta
0:00 **Zaklinacz psów**
2:00 **Megafabryki**
3:00 **Zaklinacz psów**
5:00 **Katastrofa w przestworzach**

NATIONAL GEOGR. WILD

6:00 Na ratunek zwierzętom (5) **6:30** Robale z piekła rodem **7:00** Groźne żywioły **8:00** Urodzeni mordercy **9:00** Badacze rekinów **10:00** Nigel Marven na wyspie rekinów (5) **11:00** Groźne żywioły **12:00** Stado. Dzikie psy
13:00 Polowanie na myśliwego **14:00** Badacze rekinów – Morski drapieżnik **15:00** Podwodna oaza **16:00** W podwodnym labiryncie **17:00** Na ratunek zwierzętom (10) **17:30** Robale z piekła rodem – Sieci i kły **18:00** Stado. Dzikie psy **19:00** Polowanie na myśliwego – Powrót drapieżnika
20:00 Złapany na gorącym uczynku – Dzika natura **21:00** Klan surykatek **22:00** Stado. Dzikie psy **23:00** Polowanie na wodne potwory **0:00** Klan surykatek

TRAVEL CHANNEL

7:00 **Luksusowe podróże Varuna Sharmy** – Irlandia
8:00 **Rejs na „Spirit of Adventure"**
9:00 **Szef kuchni za granicą**
9:30 **Spragniony podróżnik**
10:00 **Sport na świecie**
11:00 **Obieżyświat**
12:00 **Podróże ze smakiem**
13:00 **Azja** – Jogyakarta
13:30 **Najlepsza podróż**
14:00 **Luksusowe podróże Varuna Sharmy**
15:00 **Obieżyświat**
16:00 **Szok kulturowy**
16:30 **Szef kuchni za granicą**
17:00 **Azja**
17:30 **Spragniony podróżnik**
18:00 **Obieżyświat**
20:00 **Szok kulturowy**
20:30 **Narciarski świat**
21:00 **Poszukiwacze przygód**
21:30 **Surfingowe safari**
22:00 **Obieżyświat**
23:00 **Podróże dookoła świata**

PT SO ND PO WT ŚR CZ

CANAL+ SPORT

9:00 Piłka nożna – Liga francuska – mecz: RC Lens – Olympique Lyon
11:00 Piłka nożna – Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Athletic Bilbao
13:00 Moto+ – mag. sportowy
13:30 Piłka nożna – Premiership
14:30 Piłka nożna – Liga angielska: FC Fulham Londyn – Manchester City
16:30 Koszykówka – Euroliga mężczyzn: Asseco Prokom Gdynia – Chimki Moskwa
18:50 Koszykówka mężczyzn – NBA Action – magazyn
19:20 Super Piątek – Piłka nożna: Ekstraklasa – mecz: Polonia Bytom – Legia Warszawa *live*
22:30 Piłka nożna – Liga angielska: FC Liverpool – West Ham United
0:30 Piłka nożna – Serie A
1:30 Piłka nożna – Ligue1
2:35 1 na 1 – mag. sportowy
3:00 Koszykówka mężczyzn – NBA – mecz: Utah Jazz – Los Angeles Lakers *live*
6:00 Piłka nożna – La Liga

ORANGE SPORT

8:30 Bundesliga raport – mag.
9:00 Top Gol Ligue 1
9:15 Ekstraklasa raport
10:45 Ligue 1 raport – magazyn
11:30 Liga Sagres raport
12:00 2 fotele – wywiad
12:30 Sztuki walki – Gala UFC 123 – walka: Quinton Jackson – Lyoto Machid
15:30 Piłka nożna – LM: Sporting Braga – Arsenal Londyn
17:30 Piłka nożna – Ekstraklasa: Cracovia Kraków – PGE GKS Bełchatów; Polonia Bytom – Legia Warszawa *live*
22:00 Sporty walki – Gala K1 King of Kings World Grand Prix 2010
0:45 Piłka nożna – Ekstraklasa – mecz: Cracovia Kraków – PGE GKS Bełchatów
3:00 Zakończenie

N SPORT

9:05 Dogrywka mistrzów
10:05 Piłka nożna – Liga Mistrzów
12:05 Mój sport, moje życie
13:00 Serwis – pr. informacyjny
13:05 Piłka nożna – Liga Mistrzów
15:00 Serwis – pr. informacyjny
15:05 Legia – stawka większa niż mecz – serial dokum.
15:30 Gwiżdżę na to – mag.
16:00 Serwis – pr. informacyjny
16:05 Piłka nożna – Liga Mistrzów
18:00 Serwis – pr. informacyjny
18:30 Dogrywka mistrzów
19:00 Serwis – pr. informacyjny
19:05 Piłka nożna – Liga Mistrzów
21:00 Serwis – pr. informacyjny
21:05 Zagraj to jeszcze raz
21:30 Gwiżdżę na to – mag.
22:00 Serwis – pr. informacyjny
22:05 Sylwetka – cykl reportaży
22:30 Legia – stawka większa niż mecz – serial dokum.
23:00 Serwis – pr. informacyjny
23:10 Piłka nożna – Liga Mistrzów
1:00 Zakończenie

POLSAT SPORT

7:00 Trans World Sport
8:00 Siatkówka mężczyzn – Liga Mistrzów – mecz fazy grupowej: Olympiakos Pireus – Jastrzębski Węgiel
10:00 Siatkówka kobiet – Liga Mistrzyń – mecz fazy grupowej: Scavolini Pesaro – BKS Aluprof Bielsko-Biała
12:10 Magazyn piłki ręcznej
12:40 Siatkówka mężczyzn – Liga Mistrzów – mecz fazy grupowej: PGE Skra Bełchatów – Trentino BetClic
14:50 Siatkówka kobiet – LM – mecz fazy grupowej: Bank BPS Fakro Muszyna – Zarieczje Odincowo
17:00 Magazyn Ligi Mistrzów w piłce ręcznej
17:30 Siatkówka kobiet – Superpuchar Polski – studio *live*
18:00 Siatkówka kobiet – Superpuchar Polski *live*
20:00 Siatkówka kobiet – Superpuchar Polski – studio *live*
20:30 Boks
0:30 Zakończenie

POLSAT FUTBOL

7:00 Piłka nożna – Liga niemiecka – mecz: Bayer – Bayern
10:00 Piłka nożna – Liga holenderska
12:00 Magazyn ligi rosyjskiej
12:30 Piłka nożna – Liga hiszpańska – mecz: UD Almeria – FC Barcelona
14:30 Magazyn ligi holenderskiej
15:00 Piłka nożna – Liga holenderska
17:00 Piłka nożna – Liga angielska – mecze: Birmingham City – Chelsea Londyn; FC Fulham Londyn – Manchester City
20:45 Piłka nożna – Liga holenderska – mecz: NAC Breda – PSV Eindhoven *live*
22:50 Piłka nożna – Liga angielska: Liverpool – West Ham Utd

POLSAT SPORT EXTRA

7:00 Magazyn Ligi Mistrzów w piłce ręcznej
7:40 K.O. TV Classics – mag.
8:40 Puchar Świata w narciarstwie alpejskim – magazyn
9:10 Piłka ręczna – PGNiG Superliga mężczyzn
11:20 Kulisy sportu – wywiady Romana Kołtonia
12:00 K.O. TV Classics – mag.
13:00 Trans World Sport
14:00 K.O. TV Classics – mag.
15:00 Tenis – Turniej ATP World Tour Finals w Londynie *live*
17:00 Boks
19:00 Piłka ręczna mężczyzn – Liga Mistrzów – mecz fazy grupowej: Rhein – Neckar Löwen – THW Kiel
21:00 Tenis – Turniej ATP World Tour Finals w Londynie *live*
23:00 Siatkówka kobiet – Superpuchar Polski
1:00 Zakończenie

EUROSPORT

8:30 Pływanie – ME na krótkim basenie w Eindhoven
9:30 Pływanie – ME na krótkim basenie w Eindhoven *live*
11:30 Biegi narciarskie – PŚ w Kuusamo *live*
13:00 Przełamując lody – Gregor Schlierenzauer
13:15 Watts – mag. sportowy
13:30 Kombinacja norweska – PŚ w Kuusamo *live*
14:15 Skoki narciarskie – Letnie Grand Prix w Klingenthal
15:15 Kombinacja norweska – PŚ w Kuusamo *live*
16:00 Biegi narciarskie – Zawody PŚ w Kuusamo
17:00 Pływanie – ME na krótkim basenie w Eindhoven *live*
18:00 Skoki narciarskie – PŚ w Kuusamo *live*
19:00 Eurogole Flesz
19:10 Pływanie – ME na krótkim basenie w Eindhoven
20:00 Strongman – LM w Serbii
21:00 Timbersport – MŚ w Austrii
22:00 Poker – Zawody Partouche Poker Tour w Cannes
0:00 Skoki narciarskie – Zawody PŚ w Kuusamo

EUROSPORT 2

12:30 Piłka nożna – Liga niemiecka – mecze: VfB Stuttgart – FC Köln; Schalke 04 Gelsenkirchen – Werder Brema; Bayer Leverkusen – Bayern Monachium
17:00 Skoki narciarskie – Letnie Grand Prix w Wiśle
18:15 Euroleague Basketball Show – mag. koszykarski
18:30 JEZ Do It – magazyn
19:00 Piłka nożna – Liga japońska
19:30 Wiadomości Eurosportu
20:00 Piłka nożna – Liga niemiecka
20:30 Piłka nożna – Liga niemiecka: FSV Mainz 05 – FC Norymberga *live*
22:30 Fight Club – Hype Fight Championship w Niemczech
0:30 Piłka nożna – Liga niemiecka: FSV Mainz 05 – FC Norymberga

TVP SPORT

8:40 Żużel – Indywidualne Mistrzostwa Polski – turniej finałowy w Zielonej Górze
10:45 Telezakupy – mag. rekl.
11:20 Kolarstwo torowe – ME w Pruszkowie – 3. dzień
13:20 Idolka – dok., Polska 2010
14:10 Koszykówka – Euroliga kobiet: Wisła Can-Pack Kraków – Good Angels Koszyce
16:05 Explorers Festival – Łódź 2010: Arwa Tower – uderzenie błyskawicy
17:10 TV Moto-sport – mag.
17:45 Skoki narciarskie – PŚ w Kuusamo *live*
19:20 Boks – waga ciężka: Krzysztof Zimnoch – Remigijus Ziausys; waga średnia: Daniel Urbański – Anthony Ukeh
21:00 Biegi narciarskie – Zawody PŚ w Kuusamo
22:40 Rajdowe MŚ – Rajd Wielkiej Brytanii
23:00 Sportowy wieczór

DISNEY CHANNEL

7:20 Przystanek dżungla **7:45** Timmy i przyjaciele **8:00** Klub przyjaciół Myszki Miki **8:50** Złota Rączka **10:00** Nie ma to jak statek **10:20** Teraz Miki **10:30** Hannah Montana **10:55** Fineasz i Ferb **11:20** Czarodzieje z Waverly Place **11:40** Słoneczna Sonny **12:05** Kim Kolwiek **12:25** Teraz Miki **12:30** Jake i Blake **12:55** Jonas
13:20 Hannah Montana **13:45** Przygody Timmy'ego **14:00** Wymienicy **14:20** Teraz Miki **14:30** Słoneczna Sonny **14:55** Do dzwonka **15:00** Czarodzieje z Waverly Place **15:25** Kim Kolwiek **15:50** Fineasz i Ferb **16:00** Hannah Montana **16:25** Do dzwonka **16:35** Jake i Blake **17:00** Słoneczna Sonny **17:25** H_2O – wystarczy kropla wody **17:50** Czarodzieje z Waverly Place **18:15** Nie ma to jak statek **18:40** Hannah Montana **19:05** Do dzwonka **19:15** Hannah Montana **19:40** Jonas – serial kom.
20:00 Słoneczna Sonny **20:25** Teraz Miki **20:30** H_2O – wystarczy kropla wody **20:55** Nie ma to jak statek **21:20** Jake i Blake

DISNEY XD

6:50 Dzieciak kontra Kot **7:15** Fineasz i Ferb **8:05** Kick Strach się bać **8:30** Pokémon DP: Gallactic Battles **8:55** Pośmiej się **9:00** Zeke i Luther **9:50** Ja w kapeli **10:15** Marvel Super Hero Squad **10:40** Nie ma to jak statek **11:30** Zeke i Luther **12:00** Fineasz i Ferb **12:25** Pośmiej się **12:30** Fineasz i Ferb – serial anim.
13:00 Dzieciak kontra Kot **13:30** Zafalowani **14:00** Nie ma to jak hotel **14:50** Zeke i Luther **15:15** Marvel Super Hero Squad **15:45** Kick Strach się bać **16:10** Pośmiej się **16:15** Ja w kapeli **16:40** Nie ma to jak statek **17:05** Zeke i Luther **17:55** Fineasz i Ferb **18:45** Pokémon DP: Gallactic Battles **19:10** Zafalowani **19:35** Kick Strach się bać – serial anim.
20:00 Fineasz i Ferb

TVN TURBO

6:00 Toolbox 4 **6:30** Uwaga! Pirat! 5 **7:20** Operacja tuning 7 **7:50** TurboNet **8:20** Legendy PRL 7 **8:50** Na osi **9:20** Automaniak 5 **9:50** Wypadek – przypadek 5 **10:20** Turbo kamera 7 **10:50** Polak potrafi 6 **11:20** Moto-On 5 **11:50** Najniebezpieczniejsze zawody **12:45** Ale urwał!
13:15 Jazda polska **13:45** Gadżet 5 **14:15** Uwaga! Pirat! 5 **15:00** Legendy PRL 7 **15:35** Co z tym zrobić – Urządzenia elektryczne **16:30** Ice Road Truckers 2 **17:30** Toolbox 4 **18:00** Raport Turbo **18:25** Legendy PRL 5 **18:55** Przedziwne rodzaje śmierci **19:25** Raport Turbo **19:50** Męski typ (4)
20:20 Automaniak 5 **20:50** De Lux 6 **21:10** Uwaga! Pirat! 5 **22:00** Steven Seagal: stróż prawa (10) **22:30** Raport Turbo **22:55** Uwaga! Pirat! **23:30** Hotel Erotica (12) **0:10** Telezakupy erotyczne

CARTOON NETWORK

6:00 Dom dla zmyślonych przyjaciół pani Foster **6:25** Atomówki **6:50** Totalna Porażka w trasie **7:40** Johnny Test **8:05** Tom i Jerry **8:15** Bakugan młodzi wojownicy **8:40** Chowder **9:05** Hero 108 **9:30** Ben 10 **9:55** Tom i Jerry **10:35** Cartoon Toon Toon: Tajemniczy Sobotowie **11:25** Cartoon Toon Toon: Scooby-Doo, gdzie jesteś? **12:15** Xiaolin – pojedynek mistrzów **12:40** Hero 108 – anim.
13:05 Młodzi Tytani **13:55** Ed, Edd i Eddy **14:20** Bliźniaki Cramp **14:45** Dom dla zmyślonych przyjaciół pani Foster **15:10** Edek Debeściak **15:35** Ben 10 **16:00** Johnny Test **16:25** Bakugan młodzi wojownicy: Nowa Vestroja **16:50** Hero 108 **17:15** Niezwykłe przypadki Flapjacka **17:40** 13 demonów Scooby'ego-Doo **18:05** Tom i Jerry **18:10** Ben 10: Obca potęga **18:35** Chowder **19:00** Bakugan młodzi wojownicy: Nowa Vestroja **19:25** Xiaolin – pojedynek mistrzów **19:50** Tajemniczy Sobotowie
20:15 Batman: Odważni i bezwzględni **20:40** Atomówki

NICKELODEON

6:30 SpongeBob Kanciastoporty **7:00** Danny Phantom **7:30** Ni Hao Kai-Lan **8:00** Wspaniałe zwierzaki **8:30** Śladem Blue **9:30** Dora poznaje świat **10:30** Fanboy i Chum Chum **11:00** Jimmy Neutron: Mały Geniusz **11:30** Pingwiny z Madagaskaru **12:00** Zagroda według Otisa **12:30** Drake i Josh
13:00 iCarly **13:30** Kotopies **14:30** Wróżkowie chrzestni **15:00** Awatar: Legenda Aanga **15:30** SpongeBob Kanciastoporty **16:00** Fanboy i Chum Chum **16:30** Księżniczka z krainy słoni **17:00** iCarly **17:30** True Jackson **18:00** Z życia nastoletniego robota **18:30** Wróżkowie chrzestni **19:00** SpongeBob Kanciastoporty **19:30** Pingwiny z Madagaskaru – serial anim.
20:00 iCarly **20:30** True Jackson

BBC CBEEBIES

10:50 Listonosz Pat 4 **11:05** Przygody Rozi **11:20** Pokaż mi, pokaż **11:45** Charlie i Lola **12:00** Nosal i Skrob **12:20** Potrafię gotować **12:35** Penelopa K. **12:50** Wielka rodzina – serial anim.
13:00 Waybuloo **13:25** Pinky Dinky Doo **13:40** Błyśnij-błyskula **14:00** Teletubisie – Turban **14:25** Czerwony traktorek **14:40** Traktor Tom **14:50** Listonosz Pat 4 **15:05** Przygody Rozi **15:20** Pokaż mi, pokaż **15:45** Charlie i Lola **16:00** Nosal i Skrob **16:20** Potrafię gotować **16:35** Penelopa K. **16:50** Wielka rodzina **17:00** Waybuloo **17:25** Pinky Dinky Doo **17:40** Błyśnij-błyskula **18:00** Teletubisie **18:25** Czerwony traktorek **18:40** Traktor Tom **18:50** Listonosz Pat 4 **19:05** Binka **19:10** Fimbusie – Żółty **19:30** Wesoła farma **19:45** Waybuloo – anim.
20:05 Dobranocny ogród

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ◯ – za zgodą rodziców ◯ – dla dorosłych

ZIG ZAP

6:00 Titeuf 2 **6:30** Strażnicy z Chinatown **7:00** Lou! – serial anim. **7:30** Superszpiedzy **8:00** Liga Złośliwców **8:40** Podcats **8:55** Krasula i my **9:20** Kod Lyoko **10:10** Superszpiedzy **10:35** Batman 2 **11:00** Huntik: Łowcy tajemnic **11:25** Liga Złośliwców **11:50** Titeuf 2 **12:15** Rahan – syn czasów mroku **12:55** Wakfu – serial anim.
13:20 6 w pracy – serial animowany **13:45** Ruby Gloom – serial animowany **14:10** Lou! **14:40** Krokodyle – film familijny **16:10** Brejk **16:30** Hot Wheels: Battle Force 5 **16:55** Brejk **17:10** Strażnicy z Chinatown **17:25** Pamiętnik Sofii **17:30** Pora na Hit! – serial komediowy **18:00** Sprawa oddalona 2 – serial dla młodz. **18:35** Przypadki nastolatki – serial dla młodzieży **19:00** Pies, który mówi – serial familijny **19:30** Co u Dani? 2 – serial komediowy
20:00 Amika – serial dla młodzieży **20:30** Degrassi – nowe pokolenie 9 – serial dla młodzieży

JIM JAM

13:45 Tomek i przyjaciele **14:00** Bob Budowniczy **14:10** Co ja widzę?! **14:25** Igloo-Gloo **14:40** Rubbadubbers **14:50** Oswald **15:05** Antek Mrówka **15:20** Dorotka – wesoły dinozaur **15:30** Barney i przyjaciele **15:55** Tigga & Togga **16:05** Igloo-Gloo **16:20** Co ja widzę?! **16:35** Kacper **16:45** Strażak Sam **16:55** Antek Mrówka **17:10** Bob Budowniczy **17:20** Tomek i przyjaciele **17:35** Bob Budowniczy **17:45** Rubbadubbers **17:55** Oswald **18:15** Małe planety **18:30** Dougie w przebraniu **18:40** Magiczny klucz **18:50** Dougie w przebraniu **19:00** Bajki i bajeczki **19:15** Tork **19:25** Świnka Chudzinka **19:35** Roztańczona Angelina **19:50** Dougie w przebraniu
20:00 Magiczny klucz

VIVA POLSKA

11:30 Zrywacz **12:00** Parot **12:30** Kocha, nie kocha
13:00 VIVA Hits Polska **14:00** VIVA Mjuzik Kliiiz (10) **15:00** In & Out **16:00** Cribs PL **16:30** Moja własna gwiazda PL **17:00** Download Shop **18:00** 4 Girls Only **19:00** Hot or Not
20:00 Viva królowie densfloru (5) **20:30** Melanż starter **22:00** Top1 lista **23:00** Viva Night Spot

VH 1 POLSKA

13:00 VH1 kontra **14:00** VH1 Hitters **15:00** Pop chart **16:10** Wszyscy kochają Raymonda 7 (14, 15) **17:00** Cudowne lata (7, 8) **18:00** Tak, kochanie (4, 24) **19:00** Jim wie lepiej 5 (20-22)
20:10 Jim wie lepiej 6 (1) **20:35** Cudowne lata (13, 14) **21:30** Diabli nadali 9 (18, 19) **22:20** Byle do przodu (16, 13) **23:10** Wszyscy kochają Raymonda 7 (13, 14)

BOOMERANG

6:15 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **6:40** Szczeniak zwany Scooby-Doo **7:05** Yogi – łowca skarbów **7:30** Droopy i Dripple **8:00** Tom i Jerry **8:25** Zwariowane melodie **8:55** Flintstonowie **9:20** Jetsonowie **9:45** Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **10:10** Garfield **10:35** Kaczor Dodgers **11:00** Scooby-Doo **11:30** Odlotowe wyścigi **12:00** Dastardly i Muttley **12:25** Porażki króla Artura **12:50** Ratunku! To banda Kudłacza
13:15 Szczeniak zwany Scooby-Doo **13:40** Przygody Popeye'a **14:05** Scooby-Doo, gdzie jesteś? **14:30** Kot Tip-Top **14:55** Hong Kong Fu-i **15:20** Kaczor Dodgers **15:45** Jetsonowie **16:10** Flintstonowie **16:35** Zwariowane melodie **17:00** Tom i Jerry **17:20** Kot Tip-Top **17:45** Odlotowe wyścigi **18:00** Dastardly i Muttley **18:30** Scooby-Doo **19:00** Johnny Bravo **19:30** Laboratorium Dextera
20:00 Zwariowane melodie **20:20** Kaczor Dodgers **20:45** Garfield **21:10** Flintstonowie **21:35** Jetsonowie **22:00** Yogi – łowca skarbów

MINI MINI

13:30 Marta mówi **14:00** Niedźwiedź w dużym niebieskim domu 2 **14:25** Olinek Okrąglinek **14:50** Lusia **14:55** Harry i wiaderko pełne dinozaurów **15:05** Kolorowy świat Pacyka **15:15** Małe zoo Lucy **15:25** Gwiazdka Laury **15:40** Ogrodnik Gordon **15:50** Strażackie opowieści **16:15** Przygód kilka wróbla Ćwirka **16:25** Miffy **16:30** Zgaduj z Jessem **16:45** Stacyjkowo **16:55** Tomek i przyjaciele **17:05** Clifford – duży czerwony pies **17:30** Minikształty **17:35** Bawmy się, Sezamku **18:05** Niezwykłe przygody Berta i Erniego **18:10** Świat Elmo **18:25** Nouky i przyjaciele 2 **18:30** Stuart Malutki **18:55** Rajdek – mała wyścigówka **19:05** Opowieści z Tinga Tinga **19:20** Mania **19:30** Marta mówi
20:00 Małgosia i buciki 2

MTV POLSKA

16:30 Next **17:00** MTV Plotek (7) **17:30** Moje supersłodkie urodziny PL **18:00** Koszmar minionej randki (12) **18:30** Kardashianowie **19:00** Szał ciał **19:30** Szał ciał PL
20:00 Szalone siostrzyczki (8) **20:30** Maxim Specials (3) **21:00** Ekipa z New Jersey (12) **21:30** Toksyczny chłopak (12) **22:00** Królowe krzyku (4) **23:00** Tajemnice Valemont (5)

4FUN TV

15:00 Wróżby **15:30** Kiedy weźmiesz ślub **16:00** Parowanie **16:30** Imię drugiej połówki **17:00** Top 10/Czat **18:00** Muzyczny alfabet/Wróżby **19:00** Weekend specjalny/Imię drugiej połówki
20:00 Hit Me/Kiedy weźmiesz ślub **20:30** Non Stop Fresh/Data urodzenia **21:00** Dance lista **22:00** Hit Me **23:00** Zakazane piosenki + Kamasutra **0:00** Kamasutra

WYŚLIJ SMS na nr 7243 i wygraj!



300 zł

Hasła krzyżówki: przeciwieństwo mini; awaria serca; sprawozdawca sportowy; produkt nabiałowy; jedynowładca; niejedna grzmiała pod Stoczkierm; wymaga naszycia łaty; miejsce występu kabaretu; cierkiewny śpiewak; dawne słowo honoru; okres w dziejach; cudowna Aladyna; poranny na obozie; belka podłogowa; dzienny w kasie; tkanina obiciowa; waga opakowania; wół do niej nie pasuje; imię Chaczaturiana; nieuważny; lawa; stan w USA; grecka wyspa; pozorna śmierć; muzeum St. Petersburga; zjawa; ptak podbiegunowy; cząstka filmu; wąsata ryba; wśród chrześcijan; forsa; mocny alkohol; litewska boginka wodna; spożywczy ... cytrynowy; sąsiad Iraku; hardość, pycha; marcowa solenizantka; tragedia poręczenie czekowe; prezent; pląs; siała go baba; eden; japońska mniszka buddyjska; czynni członkowie partii; azjatycki podgatunek jelenia; tango Grechuty; dawny polski fotoaparat; stop cynku i aluminium; sprzęt wodniaka

1	2	3	4	5	6	7	8	9

ROZWIĄZANIE BEZ POLSKICH ZNAKÓW prześlij SMS-em na numer 7243, w treści wpisując KTV.48.K01. i hasło krzyżówki. Koszt SMS-a 2,44 zł z VAT. Termin nadsyłania rozwiązań: 22.11 – 2.12.2010 r.

FUNDATOREM NAGRODY JEST Kropka tv

warto obejrzeć

20:00 Mam talent!

TVN **PROGRAM ROZRYWKOWY**



Finał programu. Dzisiaj głosami widzów zostanie wybrany zwycięzca trzeciej edycji show. Otrzyma 300 tysięcy złotych oraz zdobędzie popularność, która z pewnością ułatwi mu karierę. Do walki staną między innymi: obdarzone nieprzeciętnymi głosami Patrycja Malinowska, Magdalena Welc i Sabina Jeszka oraz duet taneczny Ania i Jacek. Wszystkich czeka dużo emocji i dobrej zabawy.

15:45 Foto Models Poland 2010

POLSAT **PROGRAM ROZRYWKOWY**

Relacja z finałowej gali, która obyła się na Riwierze Tureckiej. Dwadzieścia kandydatek walczyło o tytuł najbardziej fotogenicznej Polki. Panie zaprezentowały się w pięciu odsłonach: tradycyjnym stroju tureckim, stroju sportowym, kolekcji skórzanej, kostiumach kąpielowych i sukniach wieczorowych. Imprezę poprowadziła Agnieszka Popielewicz.

15:00 Zawody Pucharu Świata w Kuusamo

TVP 1



SKOKI NARCIARSKIE Tradycyjnie już konkursem drużynowym na skoczni Rukatunturi zainaugurowany zostanie nowy sezon PŚ. Faworytami w rywalizacji zespołowej są Austriacy, aktualni mistrzowie świata i zarazem olimpijscy. O niespodziankę postarają się z pewnością Polacy. Podopieczni Łukasza Kruczka znakomicie spisali się w letniej Grand Prix – biało-czerwoni zwyciężyli w klasyfikacji drużynowej cyklu.

16:55 Dana – ośmioletnia anorektyczka

TVP 2 **FILM DOK.**

8-letnia Brytyjka Dana postanowiła zdrowo się odżywiać. Stopniowo wykluczała ze swojej diety słodycze i słone przekąski oraz zmniejszała porcje pożywienia, aż w końcu prawie przestała jeść. Zdesperowani rodzice zgłosili ją do specjalistycznej kliniki dla anorektyczek. Filmowcy przedstawiają relację z pobytu dziewczynki w ośrodku.

20:20 Zatańcz ze mną

TVP 1 **KOMEDIA ROMANTYCZNA ★★**



Znudzony życiem John Clark w tajemnicy przed żoną zapisuje się na lekcje tańca. Jego nauczycielką zostaje zmysłowa Paulina.

Zapracowany prawnik z Chicago, John Clark (Richard Gere), wiedzie poukładane i spokojne życie. Ma kochającą żonę Beverly (Susan Sarandon) i dwoje dzieci. Coraz częściej jednak odczuwa, że monotonna codzienność go nuży i że brakuje mu jakiejś pasji. Każdego dnia, wracając z pracy, John obserwuje w oknie szkoły tańca młodą nauczycielkę Paulinę (Jennifer Lopez). Zaintrygowany dziewczyną pod wpływem impulsu zapisuje się na lekcje. Dla nieśmiałego mężczyzny taniec staje się wkrótce sensem życia. Spotkania z Pauliną sprawiają, że Clark z nudnego urzędnika zmienia się w przebojowego przystojniaka. Tymczasem Beverly niepokoi nieobecność męża w domu. Zaczyna podejrzewać go o romans...

USA 2004. Reż. Peter Chelsom. Wyk. Richard Gere, Jennifer Lopez, Susan Sarandon, Lisa Ann Walter, Stanley Tucci, Anita Gillette i inni



22:05 Rodeo w Nowym Jork

TVP 2 **WESTERN KOMEDIOWY ★★**

Sonny Gilstrap (Kiefer Sutherland) i Pepper Lewi (Woody Harrelson) ujeżdżają konie w Nowym Meksyku Gdy w niewyjaśnionych okolicznościach znikają ic przyjaciel Nacho i jego córka Teresa Salazar, mężczyź podążają ich śladem aż do Nowego Jorku. Kowbojom trudno przystosować się do życia w metropolii. Mim tych trudności odkrywają, że w sprawę zniknięcia ic przyjaciela zamieszany jest gangster Stark.

USA 1994. Reż. Gregg Champion. Wyk. Woody Harrelson, Kiefer Sutherland Ernie Hudson, Cara Buono, Joaquín Martínez, Dylan McDermott i inni

22:20 Książę i ja

TVN **KOMEDIA ROMANTYCZNA ★★**

Wychowana na farmie Paige Morgan (Julia Stiles) jest przyzwyczajona do ciężkiej pracy. Zdaje na medycynę. Uczy się pilnie, stroniąc od studenckich imprez. Na zajęciach poznaje Eddiego (Luke Mably). Wkrótce młodzi zakochują się w sobie. Dziewczyna nie wie jednak, że jej ukochany jest następcą duńskiego tronu. Gdy poznaje prawdę, musi wybrać między marzeniami o pracy lekarza a życiem księżnej.

USA/Czechy 2004. Reż. Martha Coolidge. Wyk. Julia Stiles, Luke Mably, Ben Miller, Miranda Richardson, James Fox, Alberta Watson i inni



20:00 Wspaniały

POLSAT **KOMEDIA ROMANTYCZNA ★★**

Bu (Shu Qi), dziewczyna z rybackiej wioski, wyławia z morza butelkę, w której znajduje się kartka z napisem „Czekam na ciebie w Hongkongu" oraz adres tajemniczego Alberta. Bu jedzie do niego. Na miejscu okazuje się, że jest on gejem. Na pocieszenie Albert proponuje jej sesję zdjęciową na jachcie. Podczas rejsu, w wyniku niespodziewanych zdarzeń, dziewczyna poznaje milionera C.N. Chana (Jackie Chan).

Hongkong/Tajwan 1999. Reż. Vincent Kok. Wyk. Jackie Chan, Shu Qi, Tony Leung, Emil Chau, Sung Young Chen, Bradley James Allan, Richie Ren i inni

21:15 Żony ze Stepford

TVN 7 **KOMEDIA SF ★★**

Joanna Eberhart (Nicole Kidman) ma świetną prac oddanego męża Waltera (Matthew Broderick) i dwo wspaniałych dzieci. Gdy nagle traci posadę, przechod załamanie nerwowe. Eberhartowie przeprowadzają s do idyllicznego miasteczka Stepford. Tutejsze kobiety s zawsze uśmiechnięte, piękne i nienagannie ubran Joanna zaprzyjaźnia się z pisarką Bobbie (Bette Midler Wraz z nią odkrywa tajemnicę mieszkanek miasteczk

USA 2004. Reż. Frank Oz. Wyk. Nicole Kidman, Matthew Broderick, Bet Midler, Glenn Close, Christopher Walken, Roger Bart, Jon Lovitz i inni

TVP 1

5:45 Ⓐ **Moda na sukces** (5236, 5237) – telenowela, USA 2008 (powt.)
6:40 **Siódme niebo 10** (6): Pomoc – serial obyczajowy, USA 2005
7:30 **Rok w ogrodzie** – magazyn
8:00 **Wiadomości, pogoda**
8:15 Ⓐ **Weekendowy magazyn filmowy**
8:40 **Ziarno** – program dla dzieci
9:15 **Zacisze gwiazd** – pr. rozrywkowy
9:40 **Stawka większa niż życie** (12): Zdrada – serial wojenny, Pol. 1968
10:55 ZWIERZĘTA ŚWIATA: **Cuda Wyspy Clippertona** (3): Wyspa głuptaków – dok., Francja 2008
11:35 Ⓐ **Okazja** (9): Wigilia zastępcza – serial komediowy, Polska 2005
12:10 **Hotel Pod Żyrafą i Nosorożcem** (4) – serial obyczajowy, Polska 2008
13:00 **Wiadomości**
13:50 Ⓐ **Miłość nad rozlewiskiem** (11) – serial obyczajowy, Polska 2010
14:45 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Kuusamo – studio *live*
15:00 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Kuusamo – konkurs drużynowy *live* (s. 32)
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Pogoda**
17:25 Ⓐ **Wściekłe gary** – magazyn
17:55 **Jaka to melodia?** – finał listopada
18:50 **„Jaka to melodia?" – kulisy**
19:00 **Wieczorynka:** Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
19:30 **Wiadomości, sport**

TVP 2

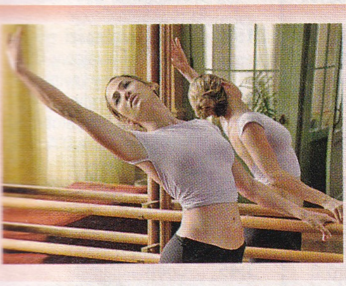
6:00 Ⓐ **M.A.S.H.** (125) – serial komediowy, USA 1977
6:30 **Człowiek wśród ludzi** – magazyn, Polska 2010
7:00 DWÓJKA DZIECIOM: **Panna z mokrą głową** (2) – serial dla młodzieży, Polska 1994
7:35 **Poezja łączy ludzi. Mój ulubiony wiersz:** „Tęsknota" Mariny Cwietajewej – program kulturalny
7:45 Ⓐ **M jak miłość** (785, 786) – serial obycz., Polska 2010 (powt.)
9:45 Ⓐ **Barwy szczęścia** (493, 494) – serial obycz., Polska 2010 (powt.)
10:45 **Biegi narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Kuusamo – studio *live*
11:00 **Biegi narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Kuusamo – bieg na 5 km stylem klasycznym kobiet *live*
12:50 Ⓐ **Licencja na wychowanie** (63, 64) – kom., Polska 2010 (powt.)
14:00 **Familiada** – teleturniej
14:40 **Wideoteka Dorosłego Człowieka:** Urszula Sipińska – magazyn muzyczny
15:15 Ⓐ **Kocham Cię, Polsko!** – program rozrywkowy (powt.)
16:45 **Słowo na niedzielę**
16:55 Ⓐ ŚWIAT BEZ TAJEMNIC: **Dana – ośmioletnia anorektyczka** – film dok., W. Bryt. 2008 (s. 32)
18:00 **Panorama, sport**
18:45 Ⓐ **Alfabet uczuć, czyli 10 lat z „M jak miłość"** – reportaż
19:00 **Wielka draka o dzieciaka**
20:00 **„Kocham Cię, Polsko!" – kulisy**

POLSAT

5:00 Ⓐ **Wstawaj! Gramy!** – program muzyczny
6:00 **Nowy dzień z Polsat News**
7:15 **Scooby-Doo, gdzie jesteś?** – serial animowany, USA
7:45 ★★ **Lenny – cudowny pies** – film familijny, USA 2004, reż. Oren Goldman, Yariv Ozdoba, wyk. Craig Ferguson, Sammy Kahn
Zach, wracając ze szkoły, znajduje małego psa. Okazuje się, że ma on wszczepiony specjalny implant, dzięki któremu potrafi mówić. Chłopiec razem ze swoim niezwykłym przyjacielem muszą stawić czoło szalonemu doktorowi Wagnerowi, który planuje zamienić wszystkie dzieci w roboty.
9:40 **UEFA Champions League** – magazyn piłkarski
10:15 **Ewa gotuje** – magazyn kulinarny
10:45 ★ **Kevin sam w domu 4** – komedia, USA 2002, reż. Rod Daniel, wyk. Mike Weinberg, French Stewart, Jason Beghe, Joanna Going (powt.)
12:40 Ⓐ **Przygody Merlina** (26) – serial fantasy, Wielka Brytania 2009
13:45 **Dom nie do poznania** – reality show, USA 2003
14:45 Ⓐ **Się kręci** – pr. rozrywkowy
15:45 **Foto Models Poland 2010** – program rozrywkowy (s. 32)
16:45 Ⓐ **Ludzie Chudego** (13) – serial komediowy, Polska 2010
17:45 **Światowe rekordy Guinnessa** (19) – pr. rozrywkowy, Polska 2010
18:50 **Wydarzenia, sport**

TVN

5:35 Ⓐ **Uwaga!** – magazyn reporterów (powt.)
5:55 **Mango** – telezakupy
8:00 Ⓐ **Kobieta na krańcu świata** (8): „Księżniczka z Tokio" – Japonia – program krajoznawczy (powt.)
Martyna Wojciechowska kontynuuje podróż po Japonii. Poznaje 25-letnią Watanabe, która należy do tak zwanych himegyaru. Termin ten określa młode kobiety wystylizowane na księżniczki – noszą różowe ubrania i świecącą biżuterię, a ich mieszkania wyglądają jak domy lalek Barbie.
8:30 Ⓐ **Dzień dobry TVN** – mag. *live*
10:55 Ⓐ **Na Wspólnej** (1347-1350) – serial obycz., Polska 2010 (powt.)
12:35 Ⓐ **Top Model. Zostań modelką** – reality show, Polska 2010 (powt.)
13:40 ★★★ **Happy Feet: Tupot małych stóp** – film animowany, Australia/USA 2006, reż. George Miller, Warren Coleman (powt.)
15:50 Ⓐ **Majka** (167-171) – telenowela, Polska 2010 (powt.)
Anna i Róża popierają decyzję Majki o przywróceniu Duszyńskiemu praw rodzicielskich. Tymczasem Wiktor obawia się, że Michał i Adam odkryją, że to on jest odpowiedzialny za podejrzaną transakcję. Aleksandra stara się go uspokoić.
18:00 Ⓐ **Kuchenne rewolucje** – reality show, Polska 2010
19:00 **Fakty, sport**
19:45 Ⓐ **Uwaga!** – magazyn reporterów






TVP 1

20:20 ★★ Ⓐ HIT NA SOBOTĘ: **Zatańcz ze mną** – komedia romantyczna, USA 2004, reż. Peter Chelsom, wyk. Richard Gere, Jennifer Lopez (s. 32)
22:15 ★ Ⓐ MĘSKA RZECZ: **Tajna broń** – film sensacyjny, USA 2000, reż. Fred Olen Ray, wyk. Daniel Baldwin, Lisa Vidal, Chick Vennera
Kpt. Murphy dowiaduje się, że jego przyjaciel jest przetrzymywany w posiadłości narkotykowego bossa w Ameryce Środkowej. Porywacze obiecują uwolnić więźnia, jeśli Amerykanie spełnią ich żądania. Murphy staje na czele jednostki, która ma oswobodzić kolegę.
0:05 ★★ Ⓐ **Płotka** – thriller, Australia 2005, reż. Rowan Woods, wyk. Cate Blanchett, Sam Neill
2:05 ★★ Ⓐ KINO NOCNYCH MARKÓW: **Pobożne życzenie** – komedia romantyczna, USA 1997, reż. Adam Park, wyk. Drew Barrymore
3:40 ★★ Ⓐ KINO NOCNYCH MARKÓW: **Zasadnicza wątpliwość** – thriller, USA 2007, reż. Yelena Lanskaya, wyk. Janine Turner
5:45 **Zakończenie**

TVP 2

20:05 Ⓐ **U Pana Boga w ogródku** (9) – serial komediowy, Polska 2008
Burmistrz Królowego Mostu szykuje się do nadchodzących wyborów. Jego rywalem jest biznesmen Śliwiak. Po dwudziestu latach pobytu w Stanach do miasta wraca Stanisław Niemotko. Mężczyzna remontuje dom i rozpoczyna poszukiwania kandydatki na żonę.
20:55 Ⓐ **Laskowik & Malicki** – program rozrywkowy
22:05 ★★ Ⓐ WEEKENDOWE KINO DWÓJKI: **Rodeo w Nowym Jorku** – western komediowy, USA 1994, reż. Gregg Champion, wyk. Woody Harrelson, Kiefer Sutherland (s, 32)
0:00 ★★ Ⓐ WEEKENDOWE KINO DWÓJKI: **Tajemnica mojego sukcesu** – komedia, USA 1987, reż. Herbert Ross, wyk. Helen Slater
1:55 ★★★ Ⓐ **Red Rock West** – thriller, USA 1993, reż. John Dahl, wyk. Nicolas Cage, Lara Flynn Boyle, Craig Reay, Dennis Hopper
3:35 Ⓐ **L jak Laskowik, T jak Tey:** Narodziny gwiazdy – program rozrywkowy, Polska 1999
4:15 **Zakończenie**

POLSAT

19:30 **Daleko od noszy 2** (25): Milion dolarów za Nobla – serial komediowy, Polska 2010
Dr Wstrząs rozpowiada w szpitalu, że widział siostrę Basię w bluzce, którą on nosił dwa lata wcześniej. Była żona, nie mogąc znieść takiej zniewagi, postanawia się zemścić. Wysyła do mediów informację, że dr Wstrząs jest kandydatem do pokojowej Nagrody Nobla. Tymczasem lekarz opowiada Kidlerowi o kulisach misji humanitarnej, w jakiej brał udział w Afryce.
20:00 ★★ Ⓐ **Wspaniały** – komedia romantyczna, Hongkong/Tajwan 1999, reż. Vincent Kok, wyk. Jackie Chan, Shu Qi, Tony Leung (s. 32)
22:10 ★★ Ⓐ **Kolejne 48 godzin** – film sensacyjny, USA 1990, reż. Walter Hill, wyk. Eddie Murphy, Nick Nolte, Brion James, Kevin Tighe
0:10 ★★ Ⓐ **Egzorcysta 3** – horror, USA 1990, reż. William Peter Blatty, wyk. George C. Scott, Ed Flanders, Nicol Williamson, Brad Dourif
2:35 Ⓐ **Tajemnice losu** – pr. rozrywk.
4:40 **TV Market** – magazyn reklamowy

TVN

20:00 Ⓐ **Mam talent!:** Finał – program rozrywkowy, Polska 2010 *live* (s. 32)
22:20 ★★ Ⓐ **Książę i ja** – komedia romantyczna, USA/Czechy 2004, reż. Martha Coolidge, wyk. Julia Stiles, Luke Mably, Ben Miller, Miranda Richardson (s. 32)
0:35 ★ Ⓓ **Dom woskowych ciał** – horror, Australia/USA 2005, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Elisha Cuthbert, Paris Hilton
Grupa nastolatków przypadkowo trafia do wyludnionego miasteczka. Jedyną atrakcją tego dziwnego miejsca jest niezwykła kolekcja figur woskowych, których zadziwiający realizm budzi lęk młodych ludzi. Wkrótce okazuje się, że w miasteczku żyje para psychopatycznych morderców. Zbłąkane nastolatki stają się ich kolejnym celem.
2:50 Ⓐ **Po co spać, jak można grać** – program interaktywny *live*
3:45 **Telesklep** – magazyn reklamowy
4:10 **Nic straconego** – programy powtórkowe

TV 4



4:35 **Tina Turner – Live in Amsterdam** – koncert
6:05 **VIP** – program kulturalny
6:35 **KINOmaniak** – magazyn filmowy
7:05 **Odkrywanie Ameryki** – program Mariusza Maksa Kolonko
7:35 **mała Czarna** – talk-show
8:35 **Ręce, które leczą** – mag.
9:05 ★★ **Król mustangów** – film familijny, USA 2001, reż. Eric Hendershot, wyk. Michael Glauser
11:00 **Galileo** – program popularnonaukowy
12:00 **mała Czarna** – talk-show
13:00 **KINOmaniak** – mag.
13:30 **Odkrywanie Ameryki**
14:00 **V Max** – magazyn motor.
14:30 **Siatkówka mężczyzn:** PlusLiga – mecz: AZS Politechnika Warszawska – PGE Skra Bełchatów *live*
17:00 **Ikony popkultury** (1): George Clooney – cykl dok.
18:00 **Prawdziwa historia Robin Hooda** (2-ost.) – film dokumentalny, Wielka Brytania 2010
19:00 **Galileo** (191)
20:00 ★★ **Obietnica** – dramat kryminalny, USA 2001, reż. Sean Penn, wyk. Jack Nicholson, Vanessa Redgrave
22:35 **Spadkobiercy** (39) – serial komediowy, Polska 2010
23:35 ★ **Mąż do wynajęcia** – film erotyczny, USA
1:20 ★★ **Trup w akademiku** – komedia, USA 1998, reż. Alan Cohn
2:55 **KINOmaniak** – mag.
3:20 **VIP** – program kulturalny
3:45 **TV Market**
3:59 **Zakończenie**

TVN 7



5:50 **Misja Martyna:** Co za Meksyk! – pr. rozrywkowy
6:20 **Pascal: po prostu gotuj** – magazyn kulinarny
6:50 **Mango** – telezakupy
8:55 **Tajemnice Smallville** (3) – serial s.f., USA/Kanada 2005-2006
9:50 **Frasier** (9, 10) – serial komediowy, USA 2002-2003
10:50 ★ KOMEDIOWA SOBOTA: **Kim jesteś, kochanie** – komedia, USA/Francja 1990, reż. Baz Taylor, wyk. Judge Reinhold, Casey Siemaszko, Cécile Paoli
12:35 **Seinfeld** (3-7) – serial komediowy, USA 1991
15:10 ★★ KOMEDIOWA SOBOTA: **Odpowiedź mile widziana** – komedia romantyczna, USA/Kanada/Francja/Belgia 1993, reż. Paolo Barzman, wyk. Patrick Dempsey, Kelly Lynch
17:00 **Dwóch i pół** (2-6) – serial komediowy, USA 2006
19:30 ★★ **Scooby Doo** – komedia przygodowa, USA/Australia 2002, reż. Raja Gosnell, wyk. Freddie Prinze Jr., Matthew Lillard
21:15 ★★ **Żony ze Stepford** – komedia s.f., USA 2004, reż. Frank Oz, wyk. Nicole Kidman, Matthew Broderick (s. 32)
23:10 ★★ **Matrix Rewolucje** – film s.f., USA 2003, reż. Larry Wachowski, Andy Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Carrie-Anne Moss
1:45 **Arkana magii** – interaktywny program rozrywkowy, Polska
3:50 **Zakończenie**

TVP POLONIA



7:00 **Złotopolscy** (46-50) – telenowela, Polska 1998
9:15 **Ranczo pod Zieloną Siódemką** (24) – serial komediowy, Czechy 1998
9:50 **Dzika Polska** – cykl rep/
10:20 **Alternatywy 4** (2) – serial kom., Polska 1983
11:25 **Polska 24. Informacje**
11:55 **Czterdziestolatek** (11) – serial obycz., Polska 1975
13:00 **Wiadomości**
13:15 **Kołysz mnie... Śpiewa Martyna Jakubowicz** – koncert, Polska 1992
14:10 **Twoje złote przeboje – koncert życzeń** – mag.
14:25 **Skarby nieodkryte**
14:55 **Więzy krwi** (25) – serial obyczajowy, Polska 2001
15:35 **Złote Przeboje – lista przebojów** – mag. muz.
16:00 **Kulturalni PL** – magazyn
17:00 **Teleexpress**
17:25 **M jak miłość** (771) – serial obycz., Polska 2010
18:10 **Barwy szczęścia** (272, 273) – serial obyczajowy, Polska 2009
19:10 DOBRANOCKA: **Olimpiada Bolka i Lolka**
19:30 **Wiadomości, sport**
20:10 **Mała wielka miłość** (4-ost.) – obycz., Polska 2008, wyk. Agnieszka Grochowska
21:00 **12. Mazurska Noc Kabaretowa Mrągowo 2010 – Tropiciele talentów** (1)
22:05 ★★ KINO MISTRZÓW: **Baryton** – dramat obyczajowy, Polska 1984
23:45 **45. KFPP Opole 2008 – Debiuty** – koncert
0:25 **M jak miłość** (771) – serial obycz., Polska 2010

TV PULS



6:00 **Will i Grace** (13) – serial kom., USA 1998
6:30 **Koń, który mówi** (20) – serial kom., USA 1961
7:00 **Niebezpieczne spotkania** (4)
8:00 **Hi Hi TV** – pr. rozrywkowy
8:30 **Stacja Porankowo**
9:30 JUNIOR TV: **Myszorki na prerii** – serial animow.
10:00 JUNIOR TV: **Piotruś Pan i piraci** – anim., USA 1990
11:00 JUNIOR TV: **Flintstonowie** – serial animowany, USA
11:30 JUNIOR TV: **Całkiem nowe przygody Toma i Jerry'ego** – anim., USA
12:55 ★ **Barbie jako księżniczka i żebraczka** – film animowany, USA 2004
14:40 ★★ **Tom i Jerry: szybcy i kosmaci** – film anim., USA 2005, reż. Bill Kopp
16:20 **Robin Hood** (3, 4) – przyg., W. Brytania 1986
18:30 **Ale numer!** – pr. rozr.
19:00 **Hi Hi TV** – pr. rozrywkowy
19:30 JUNIOR TV: **Całkiem nowe przygody Toma i Jerry'ego** – anim., USA
20:00 ★ **Odliczanie** – film sensacyjny, Rosja 2004, reż. Jewgienij Ławrientiew, wyk. Aleksiej Makarow
22:00 **Szok Video** – dok., USA
23:00 **Goło i wesoło** – pr. rozr.
23:30 **Jerry Springer Show** – talk-show, USA 2007
0:30 ★ **Ukryte żądze** – film erotyczny, USA 2000, reż. Carter St. George
2:30 **W kręgu MMA**
3:30 **Egzekutorzy**
4:00 **Dziewczyny na ekran**
4:30 **Z archiwum policji** (13) – dok., Polska 2010

ZONE EUROPA



8:00 ★★★ **Moje Cross Creek** – dramat biograficzny, USA 1983, reż. Martin Ritt, wyk. Mary Steenburgen
10:10 ★★ **Fantaghiro 3** (1/2) – film fantasy, Włochy 1993, reż. Lamberto Bava, wyk. Alessandra Martines
11:55 ★★ **Limo** – film familijny, Belgia 2009, reż. Guy Goossens, wyk. Jan Decleir, Inge Ipenburg, Jaap Spijkers
13:40 ★★★ **Pan i pani Bridge** – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania 1990, reż. James Ivory, wyk. Paul Newman, Saundra McClain
15:50 ★★★ **Moby Dick** – film przygodowy, W. Brytania 1956, reż. John Huston, wyk. Gregory Peck
17:55 ★★★ **Tacy byliśmy** – melodramat, USA 1973, reż. Sydney Pollack, wyk. Barbra Streisand
20:00 ★★★ PREMIERA. SALON FILMOWY – WOODY ALLEN: **Złote czasy radia** – komedia, USA 1987, reż. Woody Allen, wyk. Mia Farrow, Seth Green
21:40 ★★ **Smak wolności** – dramat obyczajowy, USA 1999, reż. Barry Levinson, wyk. Adrien Brody
23:55 ★ **Alkowa** – film erotyczny, Wł. 1984, reż. Joe D'Amato, wyk. Laura Gemser
1:35 ★★★ POŻEGNANIE Z FILMEM: **Rok smoka** – kryminał, USA 1985, reż. Michael Cimino, wyk. Mickey Rourke
3:45 ★★ **Cool!** – dramat społeczny, Holandia 2004, reż. Theo van Gogh, wyk. Fouad Mourigh

TVP INFO

6:05; 13:00 Telenowyny **6:25; 12:00** Eurosąsiedzi **7:00** Serwis info (co 30 minut) **7:45; 17:00; 21:45** Program lokalny **9:13** Infonuta **11:00** Reportaże z prawdziwego zdarzenia
14:00 Przedsiębiorczość **14:15** Raport z Polski – ekstra **15:00** Było, nie minęło... **16:00** Studio Wschód
20:00 Newsroom **21:00** Telekurier – extra **22:15** Studio LOTTO **22:24** Jej sukces **23:03** Sportowy wieczór

TVN 24

7:00 Serwis inform. (co 15 minut) **12:10** Drugie śniadanie mistrzów
13:00 Serwis informacyjny (co 30 minut) **14:10** Babilon **15:40** Multikino **16:40** Kalejdoskop tygodnia **17:10** Prosto z Polski **17:40** Reporterzy **18:30** Magazyn Kontakt24 **19:00** Portfel **19:21** Fakty po Faktach
20:00 Polska i świat **21:00** Horyzont **22:00** Szkło kontaktowe **23:00** Dzień po dniu **0:00** Babilon

TVS

13:15 Pasión Morena (58, 59) **15:10** My Wam to zagramy **15:40** Ekofan **16:20** Sekrety natury **16:40** Koncert życzeń **17:45** Silesia informacje **18:00** Kuchnia po śląsku **18:35** Lista śląskich szlagierów – finał
20:00 Silesia informacje **20:25** Muzyczny weekend **21:25** Najzabawniejsze wideo świata **22:05** Przepraszam, czy tu biją? – film sens., Polska 1976 **0:00** Silesia informacje

POLSAT NEWS

6:00 Serwis inform. (co 15 minut) **8:15** Serwis inform. (co 30 minut)
14:45 Encyklopedia zdrowia **15:45** Integracja **16:45** Nie daj się fiskusowi **17:35** Ostatnia instancja **18:35** Giełda komentarzy **18:50** Wydarzenia **19:40** Oblicza świata
20:00 To był dzień **21:00** Informacje dnia **21:30** To był dzień na świecie **22:40** Sportowe podsumowanie dnia **23:15** Debata

TVP KULTURA

15:10 SKARBY FILMOTEKI: **Ludzie z pustego obszaru; Wśród ludzi; Płyną tratwy; Zanim spadną liście** – film dok.
16:35 **KFPP Opole '86:** Lech Janerka – koncert
16:50 ★★★ KINO ROSYJSKIE: **Początek** – dramat obyczajowy, ZSRR 1970
18:30 **Po trochu wyciągane z lochu, czyli Archiwizja**
18:55 **Z Syreną w herbie. Warszawskie mosty**
19:25 **Po trochu wyciągane z lochu, czyli Archiwizja**
20:10 ★★ **Królowie mambo** – dram. obycz., USA 1992
22:05 **Od słowa do słowa**
22:50 **Ech** – film krótkometr.
23:05 WIĘCEJ NIŻ FIKCJA: **Koszmary w czerwieni, bieli i błękicie** – film dok.
0:50 JAZZOWY POCZĄTEK NOCY: **Legendy jazzu**

TELE 5

6:25 **Straż graniczna 3** (1/20) – dok., Australia 2006
7:00 **Telezakupy** – mag. rekl.
10:00 **Kosmica TV**
12:00 **Akademia fitnessu i kulturystyki**
12:30 **AUTO-FUN** (17)
12:50 **Plusy dodatnie, plusy ujemne** – pr. publicyst.
13:50 **Disco Bandżo** (58)
15:10 ★ **Stadion grozy** – thriller, Niemcy 1998
17:10 **27 minut spóźnienia** (8) – serial komediowy, Wielka Brytania 2009
17:50 ★ **Rycerz z Westender** – film fantasy, USA 2003
20:00 ★ **Wieżowiec** – film sensacyjny, USA 1996
22:05 **Porachunki** (13, 14) – serial sensacyjny, Australia 2008
0:05 **Wyszukiwarka lasek** (3, 4-ost.) – serial erot.
2:45 **Nocny patrol** – pr. rozr.

13TH STREET UNIVERSAL

6:00 **Punkt krytyczny** (1-5) – serial sens., Kanada 2008
11:00 **Nowe gliny** (11, 12) – serial kryminalny, Kanada 2010
13:00 ★★ **Columbo i śmierć gwiazdy rocka** – kryminał, USA 1991
15:00 **Dowody zbrodni** (21, 22) – serial krym., USA 2004
17:00 **Prawo i porządek 14** (23) – serial krym., USA 2003
18:00 **Prawo i porządek 15** (21, 22) – serial krym., USA
20:00 **Prawo i porządek: Zbrodniczy zamiar** (11) – serial krym., USA 2009
21:00 **Nowe gliny** (12) – serial kryminalny, Kanada 2010
22:00 **Dowody zbrodni** (21, 22) – serial krym., USA 2004
0:00 ★★ **Terror na drodze** – thriller, USA 2004
2:00 ★★ **Głęboko w ukryciu: Dla dobra kraju** – dramat krym., Wielka Brytania 2003

ALE KINO!



8:00 ◯ **Do widzenia, do jutra** ★★★ – dramat obycz., Pol. 1960, wyk. Zbigniew Cybulski
9:35 ◯ **Babilon Nollywood** – film dok., Kanada 2008
10:40 ◯ **Ray** – film biograficzny, ★★★ USA 2004, wyk. Jamie Foxx, Kerry Washington
13:20 ◯ **Cena honoru** – dramat ★★ wojenny, USA/Wielka Brytania 2002, reż. Shekhar Kapur, wyk. Heath Ledger
15:40 ◯ **Panna Marple. Próba** ★★ **niewinności** – kryminał, Wielka Brytania 2007, wyk. Geraldine McEwan
17:25 ◯ **Portrety. Andy Garcia** – film dokumentalny
17:35 ◯ **Hawana: Miasto** ★★ **utracone** – dramat obycz., USA 2005, reż. Andy Garcia, wyk. Dustin Hoffman
20:10 ◯ PREMIERA: **Kontrakt** ★★ – thriller, Kanada/USA 2005, reż. Harvey Kahn, wyk. Christian Slater, Selma Blair, Robert Loggia, Colm Feore
22:10 ◯ **Kręgosłup diabła** ★★ – horror, Meksyk/Hiszpania 2001, reż. Guillermo del Toro, wyk. Marisa Paredes
0:10 ▢ **Mad Max** – film s.f., ★★★ Australia 1979, reż. George Miller, wyk. Mel Gibson
1:55 ◯ **RajUstopy** – komedia ★★ obycz., Polska 2005, reż. Robert Wist, wyk. Cezary Żak, Wiesław Tupaczewski
3:15 ◯ **Olek** – dramat ★ obyczajowy, Polska 2006, wyk. Bartosz Idczak
4:30 ◯ **Sobowtór** – film ★★ obyczajowy, Polska 2005
5:40 **Kierunek: Islandia** – film krótkometrażowy, Pol. 2008
6:00 **Zakończenie**

KINO POLSKA



6:10 **Wniebowzięci** – komedia ★★ obycz., Polska 1973
7:00 BAJKI: **Krasnoludki i diabełki** – serial anim.
7:10 BAJKI: **Lis Leon** – serial anim., Pol. 1993
7:20 BAJKI: **Rycerze walecznego smoka**
7:30 BAJKI: **Dwa koty i pies** – serial animowany
7:40 BAJKI: **Komar i orkiestra** – film anim., Polska
8:10 **Jan Serce** (8): Matylda – serial obycz., Polska
9:25 **Panienka z okienka** ★★ (1/2): Waśń rodów – film przygodowy, Pol. 1964
11:10 **Duch z Canterville** ★★ – komedia, Polska 1967
11:50 **Rozmowy kontrolowane** ★★★ – komedia, Polska 1991
13:35 **Studio propagandy sukcesu** (9) – mag., Pol.
13:50 **Kobieta za ladą** (3) – serial obyczajowy
14:55 **Studio propagandy sukcesu** (10) – mag., Pol.
15:05 **Szpital na peryferiach** (3): Spór – serial obycz.
16:00 **W Iluzjonie** (2): Aleksander Żabczyński. Amant komediowo-liryczny
16:25 **Złota maska** ★★ – melodramat, Polska 1939
18:05 **Marszałek Piłsudski** (3) – serial obycz., Polska
19:10 **Sława i chwała** (4): Warszawa – serial hist., Pol.
20:20 **Środa czwartek rano** ★★ – film obyczajowy, Pol. 2007
21:45 **Umarli rzucają cień** – dram. ★ psychologiczny, Polska 1978
0:00 **Zmruż oczy** – film ★★★ obyczajowy, Polska 2003
1:35 **Ręce do góry** – film ★★★ obyczajowy, Polska 1967

FILMBOX

6:20 **Labirynty wyobraźni** ★ – dramat psych., USA 1982
8:15 **Wożąc panią Daisy** ★★★ – komediodram., USA 1989
10:10 **Motylek** – komediodramat, ★★ Francja 2002
11:45 **Klątwa skorpiona** – kom., ★★★ Niemcy/USA 2001
13:35 **Dobry człowiek w Afryce** ★★ – komediodramat, USA/RPA 1994
15:30 **Eskadra nadziei** (1, 2-ost.) ★★ – dramat histor., Kan. 2006
19:00 **Między słowami** ★★★ – komediodramat, USA/Japonia 2003
21:05 **Detektyw** (1/2) ★ – kryminał, USA 2005
22:45 **Życie i cała reszta** ★★ – komediodramat, USA/Francja/Holandia/Wielka Brytania 2003
0:40 **Trawka** (7, 8) – serial komediowy, USA 2005
2:00 **Młode lwy** (11) – serial krym., Australia 2002
2:45 **Seks, kłamstwa i obsesje** ★★ – dramat krym., USA 2001
4:15 **Chcę mieć dziecko** ★★ – komediodramat, USA '94

FILMBOX EXTRA

7:40 **Chodliwe tematy** – kom., ★★ Australia/USA 2000
9:30 **Coco Chanel** (1/2) – film ★★ obycz., W./Fr./W. Bryt. 2008
11:05 **Straż przybrzeżna** (7, 8)
12:35 **Chodliwe tematy** – kom., ★★ Australia/USA 2000
14:30 **Królowa** – film biograf., ★★★ W. Bryt./Fr./Wł. 2006
16:10 **Daleko od nieba** – dramat ★★★ obycz., USA/Francja 2002
20:10 **Chromofobia** – dramat ★★ obyczajowy, Wielka Brytania/USA/Francja 2005
22:35 **Magazyn Filmowy Premiery**
23:00 **Sceny z życia intymnego** ★ – komediodramat, Wielka Brytania 2006
0:35 **Młodość stulatka** – dram. ★★ obycz., USA/Niem./Włochy/Francja/Rumunia 2007

CANAL+

7:25 **Dzika rzeka** – dramat ★★ sensacyjny, USA 1994
9:20 **Miłość na wybiegu** ★★ – kom. romant., Pol. 2009
11:05 **Woda to dar** – film dokum., USA 2008
12:30 **Aktualności filmowe**
13:05 **Tragedia na Hillsborough** – film dok., W. Bryt. 2009
14:00 PREMIERA: **Miłość w przyrodzie** (4) – serial dokumentalny, Fr. 2009
15:05 **Czarodziejski flet** – film ★★ muzyczny, Fr./W. Bryt. 2006
17:30 PREMIERA: **Eureka 4** (1) – serial s.f., USA
18:20 **Epoka lodowcowa 3:** ★★ **Era dinozaurów** – film animowany, USA 2009
20:00 **Świetliki w ogrodzie** ★★ – dram. obycz., USA 2008
21:40 **Cypress Hill na festiwalu w Belfort** – koncert
23:00 PREMIERA: **Millennium:** ★★★ **Mężczyźni, którzy nienawidzą kobiet** – dramat krym., Szwecja/Dania/Niem./Norwegia 2009
1:35 **Ulice we krwi** – film ★★ sensacyjny, USA 2009

CANAL+ FILM

12:00 **Magia kłamstwa 2** (2)
12:50 **Trzy królestwa** – dramat ★★ historyczny, Chiny 2008
15:15 DESER: **Alternatywne abrakadabra**
15:40 **Ekspres – bohater futbolu** ★★ – biograf., USA/Niem. 2008
17:50 **Stan gry** – dramat ★★ polityczny, USA/Wielka Brytania/Francja 2009
20:00 **The Hurt Locker.** ★★★ **W pułapce wojny** – dram. wojenny, USA 2008
22:20 **Wszyscy kochają Mandy** ★★ **Lane** – horror, USA 2006
23:55 **Udław się** ★★ – komediodramat, USA 2008
1:30 **Millennium: Mężczyźni,** ★★★ **którzy nienawidzą kobiet** – dramat krym., Szwecja/Dania/Niemcy/Norwegia 2009

HBO

6:00 **Elizabeth: Złoty wiek** ★★★ – dramat kostiumowy, W. Bryt./Fr./Niem. 2007
7:50 **Dzieciak** ★★ – komediodramat, USA 2000, wyk. Bruce Willis
9:30 **Zamieszanie na** ★★ **Brooklynie** – komedia sensacyjna, USA 2008
10:55 **Piekarz** – komedia ★★ krym., W. Bryt. 2007
12:20 **Tina Turner** – koncert
13:20 **Babskie wakacje** ★★ – komedia, USA 2009
14:45 **Nastolatki** – film ★★ familijny, Niemcy 2006
16:30 **Były narzeczony** ★★ – komedia romantyczna, Kan./W. Bryt./Malta 2008
18:25 **Elizabeth: Złoty wiek** ★★★ – dramat kostiumowy, W. Bryt./Fr./Niem. 2007
20:20 **Wrota do piekieł** ★★ – horror, USA 2009
22:00 **Czysta krew 2** (11, 12) – serial obycz., USA
23:55 **Wilk morski** – film przyg., ★★ Kanada/Niemcy 2009
1:25 **Kelnerzy 2** – komedia, ★★ USA 2009

HBO 2

7:40 **Wino na medal** ★★ – komedia, USA 2008
9:30 **Uwięziony** (1-3) – serial obycz., W. Bryt. 2009
12:00 **Nie zadzieraj z fryzjerem** ★★ – komedia, USA 2008
13:55 **Dwa miliony dolarów** ★★ **napiwku** – kom., USA 1994
15:35 **Wątpliwość** – dramat ★★ obyczajowy, USA 2008
17:20 **Podryw na głupka** ★★ – komedia, USA 2009
18:55 **Wino na medal** ★★ – komedia, USA 2008
20:40 **Dowcipne numerki 3** (3, 4) – pr. rozr., W. Bryt.
21:30 **HBO Stand Up Comedy Club** (1) – pr. rozr., Pol.
22:00 **Wojownik z gwiazd** ★★ – przyg., USA/Niem. 2008
23:55 **Granice miłości** – dram. ★★ krym., USA/Argentyna 2008

TCM

6:00 **Z tobą na wyspie** ★ – melodram., USA 1948
7:55 **Filadelfijska opowieść** ★★★ – komedia obyczajowa, USA 1940
9:50 **Wilki morskie** – dramat ★★ wojenny, Szwajcaria/USA/Wielka Brytania 1980
12:05 **Z dala od zgiełku** ★★ – dramat obyczajowy, Wielka Brytania 1967
15:00 **Schwytać szpiega** ★★ – komedia przygodowa, USA 1964
16:35 **Doczekać zmroku** ★★★ – thriller, USA 1967
18:30 **2001: Odyseja** ★★★ **kosmiczna** – film s.f., W. Bryt./USA 1968
21:00 **Wywiad z wampirem** ★★★ – horror, USA 1994
23:15 **Butterfield 8** – film ★★ obyczajowy, USA 1960
1:15 **Star 80** – dramat ★★ obyczajowy, USA 1983

TV 1000

6:00 **Dom z piasku i mgły** ★★★ – dramat obycz., USA 2003
8:10 **Emile** – dramat obycz., ★★ W. Bryt./Kan. 2003
10:00 **Kraina szczęścia** ★★ – dramat obyczajowy, USA/Norwegia 2004
12:00 **Odnaleźć przeznaczenie** ★★ – dramat obycz., USA 2003
14:00 **Laura Smiles** – dramat ★★ obyczajowy, USA 2006
16:00 **Nazywał się Bagger** ★★ **Vance** – film obyczajowy, USA 2000
18:00 **Grace odeszła** – dramat ★★ obyczajowy, USA 2007
20:00 **Good Night and Good** ★★★ **Luck** – dramat polityczny, USA 2005
22:00 **Urok mordercy** – thriller ★★ erot., USA/W. Bryt. 2002
0:00 **Getting Tuned**– film ★ erotyczny, USA 2009
2:00 **Sweet As Cherry** – film ★ erot., Wielka Brytania 2009

CINEMAX

7:40 **Papierowy lew** ★★ – komedia, USA 1968
9:20 **Żegnaj, Solo** – dramat ★★ obyczajowy, USA 2008
10:50 **Skóra** – dramat biograf., ★★ Wielka Brytania 2008
12:35 **Rozdział drugi** ★★ – komediodramat, USA 1979
14:35 **Siedem stołów** ★★ **bilardowych** – dramat obyczajowy, Hiszpania 2007
16:30 **To, czego potrzeba** ★★★ **do życia** – dramat obyczajowy, Kanada 2008
18:10 **Zemsta szeryfa** ★★ – western, USA 1968
20:00 SOBOTNIA PREMIERA: : ★★ **Lol** – komedia, Francja 2008
21:50 **Noc na Ziemi** ★★★ – komediodramat, Francja/W. Bryt./Niem./USA/Jap. 1991
0:00 **Ostatnia kołysanka** ★★ – thriller, USA 2008
1:35 **Ostatni Pulcinella** – dram. ★★ obyczajowy, Włochy 2008

CINEMAX 2

9:40 **Micki i Maude** ★★ – komedia, USA 1984
11:35 **Pole** – dramat obycz., ★★ Irlandia/W. Bryt. 1990
13:25 **Najlepsi reżyserzy** – serial dokumentalny
13:55 **Mama jest u fryzjera** ★★ – dramat obycz., Kan. 2008
15:30 **Bohater z Bollywood** ★★ – dramat obyczajowy, Holandia 2009
16:50 **Atramentowe serce** – film ★★ fantasy, Niemcy/USA 2008
18:35 **Rubin i Ed** – komedia, ★★★ Wielka Brytania 1991
20:00 NAJLEPSZE ★★ Z NAJLEPSZYCH: **Puchar Himalajów** – kom. obycz., Bhutan/Australia 1999
21:35 **Trudna miłość** – dram. ★★ krym., Niemcy/USA 2001
23:20 **Dzieci** – horror, Wielka ★★ Brytania 2008
0:45 **W księżycową jasną noc** ★★ – film wojenny, USA 1992

HBO COMEDY

9:00 **Mała Brytania 3** (4, 5) – serial kom., W. Bryt.
10:00 **Wojna domowa** ★★ – kom., W. Bryt./Kan. 2008
11:35 **Filmy i gwiazdy** – mag.
12:00 **Mania czy Ania** – film ★ animowany, Niemcy 2007
13:20 **Króliczek** – komedia, ★★ USA 2008, wyk. Anna Faris
14:55 **Różowe lata siedemdziesiąte 6** (15-19)
16:40 **Mały Zizou** – komedia, ★★ Indie 2008 wyk. Boman Irani
18:20 **Bernard** – serial anim., Hiszpania 2006
18:50 **Wojna domowa** ★★ – kom., W. Bryt./Kan. 2008
20:25 **Króliczek** – komedia, ★★ USA 2008, wyk. Anna Faris
22:00 **Jak to się robi w Ameryce** (7, 8) – kom.
23:00 **Jak obrabować bank** ★★ – kom. krym., USA 2007
0:20 **Boski chillout** – komedia ★★ sensacyjna, USA 2008

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni Program: ◯ – za zgodą rodziców ▢ – dla dorosłych ✗ – niekodowany

SO ND PO WT ŚR CZ

AXN



6:00 Doktor Who (2) – serial s.f., W. Bryt./Kan. 2005
7:00 Zdarzyło się jutro (20) – serial sens., USA 1997
8:00 Joan z Arkadii 2 (3) – serial obyczajowy, USA 2004-2005
9:00 Gwiezdne wrota: Atlantyda 5 (7, 8) – serial s.f., USA/Kanada 2008
11:00 Gwiezdne wrota 8 (3) – serial s.f., USA/ Kanada 2004
12:00 Doktor Who (11) – serial s.f., Wielka Brytania/Kanada 2005
13:00 Agenci NCIS (20) – serial sensacyjny, USA 2004
14:00 Joan z Arkadii 2 (4) – serial obyczajowy, USA 2004-2005
15:00 Zdarzyło się jutro (20) – serial sens., USA 1997
16:00 Wzór 4 (17) – serial kryminalny, USA 2007
17:00 Dr House 3 (19, 20) – serial obyczajowy, USA 2007
19:00 Agenci NCIS (20) – serial sensacyjny, USA 2004
20:00 Agenci NCIS: Los Angeles (13) – serial kryminalny, USA 2010
21:00 Zabójcze umysły 4 (24) – serial kryminalny, USA/ Kanada 2009
22:00 Gra pozorów 2 (8) – serial kryminalny, USA 2010
23:00 Medium 6 (12) – serial kryminalny, USA 2009
0:00 Wołanie o pomoc 6 (9) – serial obycz., USA 2010
1:00 Agenci NCIS: Los Angeles (13) – serial kryminalny, USA 2010
2:00 Zabójcze umysły 4 (24)

FOX LIFE



6:15 Powrót na October Road 2 (7, 8) – serial obyczajowy, 2008
8:00 Czarodziejki (6, 7) – serial fantasy, USA 1998
10:00 Myślisz, że umiesz tańczyć? 5 (21, 22) – reality show, USA 2009
12:55 Prywatna praktyka 2 (10, 11) – serial obyczajowy, USA 2008
14:35 Grey's Anatomy: Chirurdzy 6 (3, 4) – serial obyczajowy, USA 2009
16:25 Lista ex (12) – serial komediowy, USA 2008
17:20 America's Next Top Model 8 (12) – reality show, USA 2003
18:15 Bogate życie w New Jersey (1) – reality show
19:10 Prywatna praktyka 2 (12) – serial obyczajowy, USA 2008
20:05 Magia kłamstwa (8) – serial kryminalny, USA 2009, wyk. Tim Roth
21:00 Gotowe na wszystko 6 (23) – serial obyczajowy, USA 2009
22:00 Poślubione armii 4 (8) – serial obyczajowy, USA 2007
23:00 Ocalić Grace 3 (8) – serial obyczajowy, USA 2007
23:55 Grey's Anatomy: Chirurdzy 6 (5) – serial obyczajowy, USA 2009
0:45 Bogate życie w New Jersey (1) – reality show
1:45 Słowo na L 4 (4, 5) – serial obyczajowy, Kanada/USA 2009
3:20 Zakończenie

COMEDY CENTRAL



6:00 Ukryta kamera 5 (18, 20) – pr. rozrywk., USA 1960
6:50 On, ona i dzieciaki 4 (21-23) – serial komediowy, USA 2003-2004
8:05 8 prostych zasad 2 (7, 8) – serial kom., USA 2002
9:00 Dwóch i pół (21, 22) – serial kom., USA 2004
10:15 8 prostych zasad 2 (9, 10) – serial komediowy, USA 2002
11:05 Dwóch i pół (24, 1) – serial kom., USA 2004
11:55 Kasia i Tomek 4 (30, 31) – serial komediowy, Polska 2002-2003
12:45 Zmiennicy (1) – serial komediowy, Polska 1986
14:00 Kasia i Tomek 4 (28, 29) – serial komediowy, Polska 2002-2003
15:40 Dharma i Greg 5 (13, 14) – serial kom., USA 1997
16:30 Ta jedyna – komedia ★★ romantyczna, USA 1996
18:35 Dharma i Greg 4 (9, 10) – serial komediowy, USA 2000-2001
19:20 Zmiennicy (2) – serial komediowy, Polska 1986
20:35 Kim jest Samantha? (5-8) – serial komediowy, USA 2007
22:00 Włatcy móch – serial animowany, Polska 2008
23:20 It Crowd: technicy – magicy 4 (1, 2) – serial komediowy, W. Bryt. 2010
0:10 Nagi patrol 3 (8, 9) – serial kom., USA 2002
1:05 Seks w wielkim mieście 2 (9) – serial komediowy, USA 1999
1:30 Sarah Silverman 3 (9, 10) – pr. rozr., USA 2010

UNIVERSAL CH.



7:30 Bez pardonu 2 (14) – serial kryminalny, USA 2002
8:30 Prawdziwe powołanie (16-18) – serial s.f., USA 2003-2004
11:30 Detektyw Monk 4 (15, 16) – serial kryminalny, USA 2005-2006
13:30 Świry (6-8) – serial kryminalny, USA 2006
16:30 Bananowy doktor (8) – serial obyczajowy, USA 2009
17:30 Trzy rzeki (8) – serial obyczajowy, USA 2009-2010, wyk. Alex O'Loughlin
18:30 Archanioł (1, 2/3) ★★ – thriller, Wielka Brytania 2005, reż. Jon Jones, wyk. Daniel Craig, Jekaterina Rednikowa, Gabriel Macht *Fluke Kelso, angielski historyk, przybywa do Moskwy na międzynarodowe sympozjum. Były ochroniarz Berii wyjawia naukowcowi miejsce ukrycia prywatnego notatnika Stalina. Zaintrygowany Kelso postanawia zbadać tę sprawę.*
21:00 Przebudzona ★★ – thriller, USA/Kanada 2007, reż. Penelope Buitenhuis, wyk. Missy Peregrym, Scott Wickware, Joseph Di Mambro
22:50 CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) – serial krym., USA 2002-2003, wyk. David Caruso
0:50 Blues Brothers – komedia ★★★ sensacyjna, USA 1980, reż. John Landis, wyk. John Belushi, Dan Aykroyd, James Brown
3:20 Zakończenie

POLSAT 2



6:00 Wydarzenia
6:30 Pierwsza miłość (1188-1192) – serial obyczajowy, Polska 2010, wyk. Aneta Zając
10:00 Tylko miłość (43-47) – serial obyczajowy, Polska 2008, wyk. Małgorzata Kożuchowska
14:30 Graczykowie (9-13) – serial kom., Polska 1999, wyk. Joanna Kurowska
17:00 Debata – program publicystyczny
18:00 Oblicza Ameryki (513) – magazyn turystyczny
18:30 Zabić z miłości (7) – serial dokumentalny, Polska 2010
19:00 Ewa gotuje – magazyn kulinarny, Polska 2010
19:30 Taaaka ryba – magazyn wędkarski
20:00 Wydarzenia
20:40 Hotel 52 (17) – serial obyczajowy, Polska 2010, wyk. Laura Samojłowicz
21:30 Synowie, czyli po moim trupie! (24) – serial komediowy, Polska 2009, wyk. Paweł Wawrzecki
22:00 Mamuśki (3, 4) – serial komediowy, Polska 2007, wyk. Katarzyna Ankudowicz
23:00 Daleko od noszy 2 (23) – serial kom., Polska 2010, wyk. Hanna Śleszyńska
23:30 Dlaczego ja? (59, 60) – serial fab.-dok., Polska
1:10 Oblicza Ameryki (513) – magazyn turystyczny
1:40 Tylko miłość (43) – serial obyczajowy, Polska 2008, wyk. Małgorzata Kożuchowska
2:30 Wydarzenia

AXN CRIME

6:00 Blok promocyjny AXN Crime **11:00** Petrocelli 2 (13, 14) **13:00** Duval i Moretti (19) **14:00** Detektyw w sutannie (41, 42) **16:00** Petrocelli 2 (13, 14) **18:00** Na wariackich papierach 3 (2) **19:00** Duval i Moretti (19) **20:00** Wzór 5 (13, 14) **22:00** Post Mortem 2 (2) **23:00** Odliczanie (12) **0:00** Na wariackich papierach 3 (2) **1:00** Deadwood 3 (1, 2)

POLSAT FILM

13:00 D'Artagnan – film przyg., Niem./Luksemburg/W. Bryt. 2001 **15:10** Uciekające zakonnice – komedia, W. Bryt. 1990 **16:55** Antoni, Boży wojownik – film biograf., Wł. 2006 **19:00** Dirty Dancing – film muz., USA 1987 **21:00** Witajcie w dżungli – film przygod., USA 2003 **23:15** Bliskie spotkania trzeciego stopnia – film s.f., USA 1977

MOVIES 24

14:20 Witamy ponownie – kom. romant., USA 2006 **16:10** Helen West. Czyste sumienie – dram. kryminalny, W. Bryt. 2002 **18:00** W imię sprawiedliwości – dram. obycz., USA 2000 **20:00** Dziewczyna z sąsiedztwa – thriller, Kanada 1999 **22:00** Zaciemnienie – horror, USA 2009 **0:00** Sekret grzechu – film erotyczny, USA 1995

ZONE ROMANTICA

6:00 Kraina namiętności (88-92) **11:00** Miłość jest nadzieją – dramat obyczajowy, USA 2004 **13:00** Kobiety (18) **14:00** Kobieta ze stali (51-55) **19:00** Kobiety (18) **20:00** Miłość jest nadzieją – dram. obycz., USA 2004 **22:00** Powrót na samotne ugory – dram. obycz., USA 2000 **0:00** Cztery małżeństwa i życie (41, 42) **1:50** Wojna kobiet (70-74)

POLONIA 1

6:30 W Królestwie Kalendarza **6:55** Sol de batey (5) **8:00** Top Shop **14:00** Tajniak i agentka (19) **14:50** Mistrzyni – dram. sens., W. Bryt. 2004 **16:50** Strumień namiętności (85, 86) **18:40** Disco Bandżo Bis **19:45** W Królestwie Kalendarza **20:10** Miłosne domino (48) – komedia romant., USA 2004 **22:05** Ziemie biblijne (16) **22:45** Erotyczna giełda **23:00** Porno filmy

AXN SCI-FI

6:00 Blok promocyjny AXN Sci-Fi **8:00** Teleshop **9:00** V 2 (3, 4) **11:00** Teleshop **13:00** Gwiezdne wrota 9 (1) **14:00** 4400 4 (9) **15:00** Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (4, 5) **17:00** V 2 (3, 4) **19:00** Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (4, 5) **21:00** Terminator: Kroniki Sary Connor 2 (8, 9) **23:00** Torchwood 2 (5, 6) **1:00** 4400 4 (9)

N FILM HD

14:40 Hot Spot **14:55** Star Trek – film s.f., USA/Niem. 2009 **17:00** Pamiętniki wampirów 2 (4) **17:40** Hot Spot **17:55** Wiosła w dłoń – kom. przyg., USA 2004 **19:35** Idę do kina z... **20:00** Ja cię kocham, a ty z nim – kom., USA 2007 **21:40** Sliver – sens., USA 1993 **23:30** Queer as Folk 2 (12) **0:15** Szeregowiec Ryan – dram. wojenny, USA 1998

MGM HD

14:35 Miłość o smaku Orientu – kom., USA/Jap. 2008 **16:15** Opowieści niesamowite – horror, USA 1962 **17:45** Łatwe pieniądze – kom., USA 1983 **19:20** Sprzedawca cadillaców – kom. przyg., USA 1990 **21:00** Agresja – thriller, W. Bryt./USA 1973 **22:50** Intermission – komediodram., Irlandia/W. Bryt. 2003 **0:35** Wirus – horror s.f., USA/ Fr./W. Bryt./Jap./Niem. 1999

ZONE CLUB

16:00 10 lat mniej 2 (16) **16:30** Szyk według „Glamour" (3) **17:00** Perfekcyjna pani domu 2 (6) **18:00** Na straży dobrego stylu (24) **18:30** Poślubiłem księżniczkę (8) **19:00** Colin i Justin: skok na dom (17) **20:00** Wiek miłości (7) **21:00** Oświadczyny (6) **21:30** Swatka (19) **22:00** Mąż dla księżniczki (3) **23:00** Klub niegrzecznych dziewczynek (17)

ZONE REALITY

10:00 Cud narodzin **10:30** Na przekór wszystkiemu **11:00** Port lotniczy **12:00** Piraci drogowi **13:00** Plażowy patrol **15:00** To cud **17:00** Lekarze **19:00** Ratownicy medyczni **20:00** Jestem anorektykiem – film dok., W. Bryt. 2007 **21:00** Niewyjaśnione tajemnice – film dok. **22:00** Kłopoty w raju **23:00** Młode, piękne i zaginione

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych ✗ – niekodowany

POLSAT CAFE

6:45 **Telemarket**
7:00 **Za kulisami Hollywood**
8:00 **Sexy mama** (4) – mag.
8:30 **Dzieciaki nie płaczą**
9:00 **Kobieta Cafe** (29)
10:00 **Klinika piękna** (8)
11:00 **15 największych tragedii w Hollywood** (1/2)
12:00 **Sekrety Hollywood** (2)
13:00 **Zoom na miasto** – mag.
13:30 **Aleja sław** – mag.
14:00 **Europejczycy** – dramat obycz., W. Bryt. 1979 ★
16:00 **Zabić z miłości** (9)
16:30 **Zagubione w życiu** (8)
17:00 **Biografie** – serial dokum.
18:00 **Akademia łajdaków**
19:00 **Tak się bawi Las Vegas** (12) – serial dokum.
20:00 **Z tyłu sceny** – pr. rozr.
20:30 **Aleja sław** – mag.
21:00 **Gwiazdy na dywaniku**
21:30 **Dziewczęta z Falenicy** (8) – serial dokumentalny
22:00 **Dobrenocki** – magazyn
22:30 **Miłość jakich mało** (5)
23:00 **Dobrzy, źli i występni** (7)
23:30 **Diabelski młyn** (8)
0:00 **Dziś 13, jutro 30** – komedia, USA 2004 ★★

TVN STYLE

11:15 **Gotuj i chudnij** – mag.
11:45 **Wiem, co jem** – magazyn
12:15 **Beautiful Story. Piękna historia** – serial dokum.
12:30 **Metamorfozy Goka**
13:40 **Czas na biżuterię**
13:45 **Czytam, bo lubię 3**
14:00 **Lekcja stylu 8** – magazyn
14:30 **Nastolatki do poprawki**
15:30 **Rewolucja na talerzu 2**
16:00 **Kobieta na zakręcie 5**
16:30 **66 niezapomnianych filmów** – magazyn
17:00 **Po mojemu – Wojciech Cejrowski 3** – pr. rozr.
17:30 **Świat według dziecka 5**
18:00 **Lekcja stylu 8** – magazyn
18:30 **Kobieta na krańcu świata**
19:00 **Programy dla dzieci**
20:00 **Rewolucja na talerzu 2**
20:30 **Czytam, bo lubię 3**
20:45 **Socjeta 2** – pr. rozrywk.
21:00 **66 niezapomnianych filmów** – magazyn
21:30 **Magiel towarzyski 8**
22:15 **Ratuj dom, kto może**
22:45 **Piekielna kuchnia Gordona Ramsaya 5**
23:45 **Seks w wielkim mieście** (17)

PLANETE

5:45 **Bliżej prawdy** (37-39-ost.)
7:30 **Sudan: podróż w czasie** (1/5) – serial dok., Polska
8:05 **Latające cysterny**
9:05 **Pies w akcji 3** (7)
9:35 **Ushuaia, czyli wszystko w naturze** (3)
11:15 **Podwórkowe mądrości** (13, 11) – serial dok.
12:25 **Sudan: podróż w czasie** (5-ost.) – serial dok., Pol.
13:05 **W przeddzień** (4-ost.)
14:05 **De Gaulle. Portret intymny** – film dok., Fr.
15:55 **Mała planeta, wielkie pomysły** (5, 6) – dok.
16:55 **Metrowe kobiety**
17:45 **Skarby Ani K.** – film dok.
18:05 **Jezioro Drużno**
19:05 **Kurier nadziei** – film dok.
19:40 **Birma. Ruch oporu, biznes i sekret nuklearny**
20:45 **Prowokacje Gilberta i George'a** – film dok.
22:35 **Wezwanie i odpowiedź. Koncert przeciw niewolnictwu** – film dok.
0:15 **Zakręć się!** – film dok.
1:55 **Znikająca męskość**
2:45 **Geje na Kapitolu**

DISCOVERY CH.

6:00 **Sekundy grozy** (23, 24)
7:00 **Wybuch kontrolowany**
8:00 **Szkoła przetrwania**
9:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów** (17)
10:00 **Brudna robota**
11:00 **Zawód: drwal**
12:00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
13:00 **Wybuch kontrolowany**
14:00 **Jak to jest zrobione?**
15:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
16:00 **Szkoła przetrwania**
17:00 **Maszyny od środka**
18:00 **Maszyny do zadań specjalnych**
19:00 PREMIERA: **Przeżyć w dziczy** (4)
20:00 **Straż graniczna USA** (11)
21:00 **Portowe życie**
22:00 **Ciemna strona miasta**
23:00 **Wszystko o gangach**
0:00 **Jednostka specjalna z Miami** (3)
1:00 **Przeżyć własną śmierć**
2:00 **Straż graniczna USA** (11)
3:00 **Portowe życie**
3:50 **Ciemna strona miasta**
4:40 **Sekundy grozy** (37)

NATIONAL GEOGR.

6:00 **Zaklinacz psów**
7:00 **Złapany na gorącym uczynku**
9:00 **Niebezpieczne spotkania**
10:00 **Granica** – Nowa krew
11:00 **Ostry dyżur na morzu** – Kryzys na wybrzeżu
12:00 **Zaklinacz psów**
14:00 **Kiedy krokodyle zjadały dinozaury**
15:00 **Prehistoryczne drapieżniki**
16:00 **Dziesięć plag egipskich** – Pierwsze nieszczęścia
17:00 **Wielkie migracje** – Urodzeni wędrowcy; Przedłużenie gatunku; Anatomia migracji
20:00 **Tuż przed tragedią** – Sioux City; Wybuch gazu w Portoryko
21:00 PREMIERA: **Tabu** – Epidemia otyłości
22:00 **Granica** – Nocna zmiana; Nowa krew
0:00 **Anatomia wypadków**
1:00 **Tuż przed tragedią**
2:00 **Tabu** – Epidemia otyłości
3:00 **Granica**
5:00 **Anatomia wypadków**

POLSAT PLAY

9:30 **W obliczu śmierci – GOPR** (10)
10:00 **Monoślad** – mag. motor.
10:30 **Polska liga cudzoziemska** (21) – serial dokum.
11:00 **Kolekcjonerzy** (22)
11:30 **NIEnaZarty** – mag. kulin.
12:00 **Historia Formuły 1**
13:05 **Sekret Bruce'a Lee**
15:05 **Jutro już dzisiaj** (10)
15:35 **Ryzykanci** (10)
16:45 **Historia Igrzysk Olimpijskich: Wiek olimpiad** (1)
17:55 **Autonomia** – mag. motor.
18:55 **Linia życia – Biografie**
20:00 **Historia Futbolu: Piękna gra** (10) – serial dokum.
21:00 **Na zabój** (10)
21:30 **Siły zbrojne** (10)
22:00 **Punkt krytyczny** (3)
23:00 **Gwiazdy porno** (10)

BBC ENTERTAINMENT

6:00 **Sprawy inspektora Lynleya** (5, 6) – krym.
7:55 **Allo, Allo** (6) – serial kom.
8:30 **Moja rodzinka 3** (2)
9:10 **Siły pierwotne** (8)
10:05 **Jonathan Creek** (1, 2)
12:15 **Najsłabsze ogniwo**
14:20 **Moja rodzinka 3** (2)
14:55 **Allo, Allo** (6) – serial kom.
15:30 **Prawdziwe przekręty: Las Vegas** (3)
16:05 **Najsłabsze ogniwo**
18:00 **Siły pierwotne** (8)
19:00 **Doktor Who** (5, 6)
20:50 **Prawdziwe przekręty: Las Vegas** (3, 4)
22:00 **System sprawiedliwości** (1-3) – serial krym.
1:15 **Sprawy inspektora Lynleya** (5, 6) – krym.
2:55 **Najsłabsze ogniwo**
3:45 **Allo, Allo** (6) – serial kom.

ANIMAL PLANET

6:00 **Baby Planet** (1)
7:00 **Dziwaczne stworzenia**
8:00 **Wielkie morskie przygody**
9:00 **Królowe sawanny**
10:00 **Przedziwny świat owadów**
11:00 **O psach, kotach i innych pupilach**
12:00 **Wszystko o psach**
13:00 **Dżungla** (1)
14:00 **Dziwaczne stworzenia**
15:00 **Żyjąc wśród tygrysów**
17:00 **W kryjówce krokodyla**
18:00 **W poszukiwaniu wilków**
19:00 **W paszczy rekina**
20:00 **Królowe sawanny**
21:00 **Dziwaczne stworzenia**
22:00 **Gryzący mordercy** (3)
23:00 **Policja dla zwierząt w Houston**
0:00 **Żyjąc wśród tygrysów**
2:00 **W kryjówce krokodyla**

DISCOVERY WORLD

6:00 **Historia oręża**
7:00 **Detektywi na polu bitwy**
8:00 **Inżynieria ekstremalna**
9:00 **Zatopione skarby**
10:00 **Prehistoryczna Ameryka**
11:00 **Największe bitwy pancerne**
12:00 **Człowiek, który przetrwa wszystko**
13:00 **Inżynieria ekstremalna**
14:00 **Porwanie samolotu linii El Al**
15:00 **Kulisy tragedii**
16:00 **Broń przyszłości**
17:00 **Dambusters – skaczące bomby** (1)
18:00 **Spotkania na krańcach świata**
20:00 **O krok od śmierci**
21:00 **Tajniak**
22:00 **Rytualne zdobienie ciała**
23:00 **Świadek jasnowidz**

NATIONAL GEOGR. WILD

6:00 Na ratunek zwierzętom (7) **7:00** Pogotowie ratunkowe dla zwierząt (11) **8:00** Afryka: Na straży dzikiej przyrody – Nosorożce z Ol Pejeta **9:00** W oku huraganu Katrina **10:00** Polowanie na wodne potwory – Tuńczyk i żarłacz żółty; Człowiek i ryba; Ogończa i itajara olbrzymia; Ryba wampir; Bestie z głębin
15:00 Noc rekinów **17:00** Noc lwa **18:00** Klan surykatek **19:00** Stado. Dzikie psy
20:00 Jeden ocean – Tajemnice głębin **21:00** Premiera: Co zjadł mój pies? – Majtki, smoczki i 800 dolarów **22:00** Polowanie na myśliwego – Atak na odludziu **23:00** Groźne żywioły – Tornada **0:00** Co zjadł mój pies? **1:00** Polowanie na myśliwego

DOMO

16:00 Design – istota rzeczy (7) **16:25** Dom marzeń (1) **17:20** Mój piękny kicz (2) **17:50** Dizajnerska dziewiątka (5) **18:40** Wzornictwo (1) **19:05** Hotele (20)
20:00 Bezczelnie perfekcyjny 2 (3) **20:50** Agent w wielkim mieście (13) **21:15** Budujące małżeństwo 2 (13) **21:50** Sąsiedzi **22:00** Czas opuścić gniazdo (3) **23:00** Amerykanin na wyspach (4, 5)

BBC KNOWLEDGE

13:00 Odnaleźć poległych (4) **14:00** Wyścigi zbrojeń (4) **15:00** Co nam dali starożytni? (3) **16:00** Top Gear 6 (9-11) **19:00** Kobiety na krańcach świata (3)
20:05 Odnaleźć poległych (4) **21:05** Wyścigi zbrojeń (4) **22:05** Globalne ocieplenie: prawda i mity **23:10** Tony Robinson: Wymiar sprawiedliwości (1) **0:15** Top Gear 6 (9-11)

TLC

6:00 Mała piękność **7:00** Domy marzeń **8:00** LA Ink **9:00** Medyczne zagadki **10:00** Ciąża z zaskoczenia (1, 2) **11:00** Przeżyć atak! **12:00** Jak się nie ubierać?
13:00 Salon sukien ślubnych – Kopciuszki małe i duże **13:30** Premiera: Szkoła dla stewardów i stewardes (2) **14:00** Wielkie projekty (18) **15:00** Jo Frost: poskromić dzieciaka (1) **16:00** Cukiernicy na start – Roller Derby **17:00** Moda ubiera się u Kell (8) **18:00** Mała piękność – Konkurs Queens and Kings of America **19:00** LA Ink – Dziewczyna z okładki
20:00 Chirurgia otyłości – Samozniszczenie **21:00** Bardzo ostry dyżur (1, 2) **22:00** Wstydliwe choroby (4) **23:00** Policjantki **0:00** Kłopoty w raju (9) **1:00** Operacje plastyczne **2:00** Chirurgia otyłości **3:00** Bardzo ostry dyżur (1, 2) **3:50** Wstydliwe choroby (4)

DISCOVERY SCIENCE

6:00 Spojrzenie w przyszłość (4) **7:00** O co tu chodzi? – serial popularnonaukowy **8:00** Szalona strona nauki **8:30** Jak to jest zrobione? **9:00** Tajemnice superprodukcji filmowych **10:00** Gadget Show (20, 21) **11:00** Jak to jest zrobione? **12:00** Przemysłowy zawrót głowy **12:30** Fantastyka w laboratorium
13:00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (7, 8) **14:00** Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem **15:00** Wszechświat **16:00** Smash Lab **17:00** Gadżety przyszłości **18:00** Energia przyszłości (3) **19:00** Jak to jest zrobione?
20:00 Brainiac (11) **21:00** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **22:00** Ocal swoją nagrodę **23:00** Fantastyka w laboratorium **0:00** Gadget Show (63, 64) **1:00** Brainiac (11) **2:00** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **3:00** Ocal swoją nagrodę

KUCHNIA TV

18:10 Hit: Fink (12) **18:35** Gary Rhodes w kuchni przez cały rok (1) **19:05** Królestwo za browar (2)
20:00 Barman **20:30** Bouillabaisse: zupa i uzurpacje **21:00** Ł'apetyt 2 (4) **21:30** Ugotowani, czyli bitwa na noże i widelce (8) **22:00** Żywieniowa rewolucja Jamiego Olivera (5) **22:50** Anthony Bourdain: Bez rezerwacji 5 (20) **23:40** Feasty Boys pożerają Amerykę (3)

BBC LIFESTYLE

10:05 Pogotowie remontowe 16 (4-7) **12:25** Zapraszam do stołu (13)
13:25 James Martin gotuje (18) **13:55** Zapraszam do stołu (14) **15:00** Notting Hill **17:15** Puszyści kontra szczupli (5) **18:15** Zapraszam do stołu (13, 14)
20:15 Pogotowie remontowe 16 (4-7) **22:30** Zakochany Szekspir **0:30** Puszyści kontra szczupli (5) **1:25** River Cottage: idzie zima (3)

TRAVEL CHANNEL

6:00 **Obieżyświat** (2)
7:00 **Croissanty w dżungli**
7:30 **Indyjska uczta**
8:00 **Kuchnie Azji** – Tajwan
9:00 **Kuchnie świata** – Karaiby
10:00 **Obieżyświat**
12:00 **Kuchnie świata**
13:00 **Indyjska uczta**
13:30 **Kuchnie Azji** – Tajwan
14:30 **Szok kulturowy**
15:00 **Obieżyświat**
16:00 **Podróże kolejami szwajcarskimi** – Jura Line
17:00 **Najwspanialsze trasy motocyklowe na świecie**
18:00 **Indyjska uczta**
18:30 **Hollywood i wina**
19:00 **Sophie Grigson na arabskim targowisku**
19:30 **Szef kuchni za granicą**
20:00 **Rzeki świata**
21:00 **Esencja podróży**
21:30 **Narciarski świat**
22:00 **Obieżyświat**
23:00 **Pracujące wakacje** (8)

CANAL+ SPORT

7:00 **Super Piątek** – Piłka nożna: Ekstraklasa – mecz: Polonia Bytom – Legia Warszawa
10:15 **Koszykówka mężczyzn** – NBA Action – magazyn
10:45 **Koszykówka mężczyzn** – NBA – mecz: Utah Jazz – Los Angeles Lakers
13:10 **Moto+** – mag. sportowy
13:40 **Piłka nożna** – Liga angielska – mecz: FC Aston Villa Birmingham – Arsenal Londyn
15:55 **Piłka nożna** – Liga angielska – mecz: Manchester United – Blackburn Rovers *live*
18:00 **Piłka nożna** – Wstęp do meczu *live*
18:15 **Piłka nożna** – Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – Lech Poznań *live*
20:30 **Piłka nożna** – Liga+ *live*
21:55 **Piłka nożna** – Liga hiszpańska *live*
0:00 **Piłka nożna** – Liga francuska – mecz: Girondins Bordeaux – OSC Lille
2:00 **Piłka nożna** – Liga+

ORANGE SPORT

9:30 **Piłka nożna** – Ekstraklasa: Cracovia Kraków – PGE GKS Bełchatów; Polonia Bytom – Legia Warszawa
13:45 **2 fotele** – wywiad
14:15 **Piłka nożna** – Ekstraklasa: Arka Gdynia – Śląsk Wrocław; KGHM Zagłębie Lubin – Lechia Gdańsk; Widzew Łódź – Górnik Zabrze *live*
21:00 **Real NBA**
21:30 **2 fotele**
22:00 **Top Gol**
22:10 **Piłka nożna** – Liga portugalska: Sporting Lizbona – FC Porto *live*
0:15 **Piłka nożna** – Ekstraklasa: Korona Kielce – Lech Poznań
2:15 **Top Gol** – 15. kolejka
2:30 **Koszykówka mężczyzn** – NBA – mecz: Dallas Mavericks – Miami Heat *live*

N SPORT

10:05 **Mój sport, moje życie**
11:05 **Dogrywka mistrzów**
12:05 **Magazyn Ligi Mistrzów**
12:30 **Zagraj to jeszcze raz**
13:05 **Piłka nożna** – Liga Mistrzów: Tottenham Hotspur – Werder Brema
15:05 **Mój sport, moje życie**
16:05 **Piłka nożna** – Liga Mistrzów: Inter Mediolan – Twente Enschede
18:05 **Magazyn Ligi Mistrzów**
18:30 **Sylwetka** – cykl reportaży
19:00 **Zagraj to jeszcze raz**
19:30 **Gwiżdżę na to**
20:05 **Piłka nożna** – LM: Schalke 04 Gelsenkirchen – Olympique Lyon
21:05 **Sylwetka** – cykl reportaży
21:30 **Legia – stawka większa niż mecz** – serial dokum.
22:05 **Piłka nożna** – LM: AJ Auxerre – AC Milan
23:00 **Serwis** – pr. informacyjny
23:10 **Mój sport, moje życie**

POLSAT SPORT

7:00 **Siatkówka mężczyzn** – LM – mecz fazy grupowej
9:10 **Siatkówka kobiet** – Superpuchar Polski: Organika Budowlani Łódź – BKS Aluprof Bielsko-Biała
11:55 **Sport motorowodny** – Powerboating *live*
13:00 **Boks**
14:30 **Siatkówka mężczyzn** – PlusLiga: AZS Politechnika Warszawska – PGE Skra Bełchatów *live*
16:45 **Siatkówka mężczyzn** – PlusLiga – studio *live*
17:00 **FIFA Futbol Mundial**
17:30 **Kulisy sportu – wywiady Romana Kołtonia**
18:00 **Piłka ręczna kobiet** – mecz: Polska – Turcja *live*
20:00 **Boks** – Gala w Helsinkach – walka o mistrzowski pas federacji WBC – waga superśrednia: Carl Froch – Arthur Abraham; waga ciężka: Robert Helenius – Attila Levin; waga junior półśrednia: Daniel Rasilla – Ville Piispanen *live*
0:00 **Zakończenie**

POLSAT FUTBOL

10:00 **Piłka nożna** – Liga angielska – mecz: Birmingham – Chelsea
11:30 **Magazyn ligi holenderskiej**
12:00 **Piłka nożna** – Liga angielska – mecz: FC Liverpool – West Ham United
14:00 **Chelsea TV** – magazyn
14:30 **Piłka nożna** – Liga angielska – mecz: FC Fulham Londyn – Manchester City
16:30 **Piłka nożna** – Liga hiszpańska – mecz: UD Almeria – FC Barcelona
18:30 **Piłka nożna** – Liga holenderska – mecz: NAC Breda – PSV Eindhoven
20:45 **Piłka nożna** – Liga holenderska: NEC Nijmegen – Twente Enschede *live*
22:50 **Piłka nożna** – Liga ukraińska
0:50 **Zakończenie**

POLSAT SPORT EXTRA

11:50 **Siatkówka kobiet** – Superpuchar Polski
13:45 **Puchar Świata w narciarstwie alpejskim**
14:15 **Trans World Sport**
15:15 **K.O. TV Classics** – mag.
16:15 **Piłka ręczna mężczyzn** – LM: FC Barcelona Borges – Vive Targi Kielce *live*
18:15 **K.O. TV Classics**
19:15 **Piłka ręczna mężczyzn** – LM– mecz fazy grupowej: HC Celje Pivovarna Lasko – Chambéry Savoie HB *live*
21:00 **Tenis** – Turniej ATP World Tour Finals w Londynie *live*
23:30 **Rugby**: Francja – Australia
2:00 **Boks** – walka o mistrzowskie pasy federacji WBA i WBO – waga lekka: Michael Katsidis – Juan Manuel Marquez; walka o mistrzowski pas federacji WBC – waga półśrednia: Andre Berto – Freddy Hernandez *live*

EUROSPORT

9:30 **Kombinacja norweska** – PŚ w Kuusamo *live*
10:15 **Saneczkarstwo** – Zawody Pucharu Świata w Igls *live*
11:00 **Biegi narciarskie** – PŚ w Kuusamo *live*
11:30 **Saneczkarstwo** – Zawody Pucharu Świata w Igls *live*
12:30 **Biegi narciarskie** – PŚ w Kuusamo *live*
13:30 **Przełamując lody**
13:45 **Kombinacja norweska** – Zawody PŚ w Kuusamo
14:15 **Kombinacja norweska** – PŚ w Kuusamo *live*
15:00 **Skoki narciarskie** – PŚ w Kuusamo *live*
16:45 **Pływanie** – ME na krótkim basenie w Eindhoven *live*
18:00 **Narciarstwo alpejskie** – Zawody PŚ w Aspen *live*
19:00 **Przełamując lody**
19:15 **Narciarstwo alpejskie** – PŚ w Lake Louise *live*
21:00 **Narciarstwo alpejskie** – Zawody PŚ w Aspen *live*
21:55 **Wintersports**
22:00 **Kick boxing** – World Series
23:00 **Fight Club** – magazyn
0:30 **Skoki narciarskie** – PŚ

EUROSPORT 2

12:00 **Piłka nożna** – Liga japońska *live*
14:00 **Saneczkarstwo** – Zawody PŚ w Igls *live*
14:45 **Piłka nożna** – Liga niemiecka
15:30 **Piłka nożna** – Liga niemiecka: Bayern Monachium – Eintracht Frankfurt *live*
17:30 **Piłka nożna** – Liga niemiecka
18:30 **Piłka nożna** – Liga niemiecka – mecz: Borussia Dortmund – Borussia Mönchengladbach *live*
20:30 **Freestyle motocross** – Gladiator Games *live*
22:00 **Trial** – Halowe MŚ w Genui
23:30 **Siatkówka mężczyzn** – Liga włoska: Andreoli Latina – Marmi Lanza Verona

TVP SPORT

10:00 **Koszykówka** – Euroliga kobiet: Wisła Can-Pack Kraków – Good Angels Koszyce
11:55 **TV Moto-sport** – mag.
12:30 **Skoki narciarskie** – PŚ
13:55 **Drugi skok** – dok., Pol. 2007
14:45 **Skoki narciarskie** – PŚ w Kuusamo *live*
17:05 **Rajdowe MŚ** – Rajd Wielkiej Brytanii
17:25 **Koszykówka** – Euroliga kobiet: Rivas Ecopolis – Lotos Gdynia
19:20 **Boks** – Gala w Legionowie – waga lekkopółśrednia: Krzysztof Szot – Felix Lora; waga lekkośrednia: Damian Jonak – Jose Luis Cruz
21:00 **Biegi narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
22:25 **Dzień na wyścigach – Służewiec 2010** (65)
23:00 **Sportowy wieczór**
23:20 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo

DISNEY CHANNEL

7:10 Klub przyjaciół Myszki Miki **7:35** Kim Kolwiek **8:00** Nie ma to jak statek **8:25** Do dzwonka **8:30** Czarodzieje z Waverly Place **8:55** Jonas w Los Angeles **9:20** Hannah Montana Forever **9:40** Do dzwonka **9:50** Powodzenia, Charlie! **10:40** Brat Zastępowy – film familijny, USA 2010 **12:10** Teraz Miki **12:20** Jonas w Los Angeles **12:40** Do dzwonka **12:45** Nie ma to jak statek – serial komediowy
13:10 Czarodzieje z Waverly Place **13:35** Hannah Montana **14:00** Teraz Miki **14:20** Jonas w Los Angeles **14:45** Fineasz i Ferb **15:10** Powodzenia, Charlie! **15:35** Wymiennicy **16:00** Hannah Montana **16:20** Do dzwonka **16:25** Hannah Montana **16:55** Nie ma to jak statek **17:20** Czarodzieje z Waverly Place **17:45** Hannah Montana Forever **18:10** Powodzenia, Charlie! **18:35** Do dzwonka **18:45** Powodzenia, Charlie! **19:10** Brat Zastępowy – film familijny, USA 2010
20:30 Teraz Miki **20:40** Hannah Montana **21:10** Do dzwonka

DISNEY XD

10:40 Connor Undercover **11:00** Pośmiej się **11:05** Nie ma to jak hotel **11:30** Marvel Super Hero Squad **12:00** Kick Strach się bać **12:30** Zafalowani – anim.
13:00 Amerykański smok Jake Long **13:30** Pokémon DP: Gallactic Battles **13:55** Pośmiej się **14:00** Marvel Super Hero Squad **14:25** Kick Strach się bać **14:50** Nie ma to jak hotel **15:15** Fineasz i Ferb **15:45** Ja w kapeli **16:15** Zeke i Luther **16:40** Connor Undercover **17:05** Marvel Super Hero Squad **17:30** Pokémon DP: Gallactic Battles **17:55** Pośmiej się **18:00** Nie ma to jak statek **18:20** The Avengers: Earth's Mightiest Heroes **18:45** Spiderman **19:10** Fineasz i Ferb **19:35** Connor Undercover
20:00 Aaron Stone

TVN TURBO

6:30 Toolbox 4 **7:00** Turbo kamera 7 **7:30** Gadżet 5 **8:00** Uwaga! Pirat! 5 **8:50** Ice Road Truckers 2 **9:45** Raport końcowy **10:00** Zakup kontrolowany 10 **11:00** Legendy PRL 7 **11:30** Wypadek – przypadek 5 **12:00** Moto-On 5 **12:30** TurboNet
13:00 Wypadek – przypadek 5 **13:30** Męski typ (4) **14:00** Na osi **14:30** Niebezpieczne pasje **15:35** De Lux 6 **15:50** Armwrestling – Puchar Świata **16:25** Uwaga! Pirat! 5 **17:15** Raport końcowy **17:30** Gadżet 5 **18:00** Zobacz to! 2 **18:45** Steven Seagal: stróż prawa (10) **19:15** Ale urwał! **19:45** Legendy PRL 7
20:20 Katrina **21:15** Ice Road Truckers 2 **22:10** Najniebezpieczniejsze zawody **23:00** Hotel Erotica (13) **23:45** Telezakupy erotyczne **0:10** Show Me Sex **0:35** Telezakupy erotyczne

CARTOON NETWORK

7:15 Scooby-Doo, gdzie jesteś? **7:40** Johnny Test **8:05** Tom i Jerry **8:15** Bakugan młodzi wojownicy **8:40** Cartoon Network Dance Club **8:55** Tom i Jerry **9:05** Ben 10 **9:55** Tom i Jerry **10:35** Cartoon Toon Toon: Ben 10: Obca potęga **11:25** Cartoon Toon Toon: Tajemniczy Sobotowie **12:15** 13 demonów Scooby'ego-Doo **12:40** Niezwykłe przypadki Flapjacka – serial anim.
13:05 Gwiezdne wojny: Wojny klonów **13:55** Ed, Edd i Eddy **14:20** Bliźniaki Cramp **14:45** Dom dla zmyślonych przyjaciół pani Foster **15:10** Chowder **15:35** Ben 10 **16:00** Hero 108 **16:25** Johnny Test **16:50** Niezwykłe przypadki Flapjacka **17:15** Batman: Odważni i bezwzględni **17:40** Kudłaty i Scooby-Doo na tropie **18:05** Tom i Jerry **18:10** Nowy Scooby-Doo: Nawiedzona wytwórnia słodyczy – film anim., USA 1972 **19:00** Bakugan młodzi wojownicy: Nowa Vestroja **19:25** Xiaolin – pojedynek mistrzów **19:50** Tajemniczy Sobotowie – serial anim.
20:15 Młodzi Tytani

NICKELODEON

5:00 Dora poznaje świat **5:30** Ni Hao Kai-Lan **6:00** Olivia **6:30** Dora poznaje świat **7:00** Dalej, Diego! **7:30** Umizoomi **8:00** Dora poznaje świat **8:30** Olivia **9:00** SpongeBob Kanciastoporty **11:00** Fanboy i Chum Chum **12:00** Pingwiny z Madagaskaru **12:30** Drake i Josh
13:00 iCarly **14:00** Mighty B **15:00** Awatar: Legenda Aanga **15:30** SpongeBob Kanciastoporty **16:00** Pingwiny z Madagaskaru **16:30** Księżniczka z krainy słoni **17:00** iCarly **17:30** True Jackson **18:00** Z życia nastoletniego robota **18:30** Wróżkowie chrzestni **19:00** SpongeBob Kanciastoporty **19:30** Nieidealna
20:00 iCarly **20:30** True Jackson **21:00** Pingwiny z Madagaskaru **21:30** SpongeBob Kanciastoporty

BBC CBEEBIES

6:00 Teletubisie **6:25** Przygody Spota **6:30** Duży i Mały **6:55** Roly Mo zaprasza **7:25** Nosal i Skrob **8:10** Pan Robótka **8:55** Supercyfry **9:10** Potrafię gotować **9:25** Tommy Zoom **9:45** Waybuloo **10:30** Duży i Mały **10:55** Roly Mo zaprasza **11:25** Nosal i Skrob **12:10** Pan Robótka **12:50** Supercyfry
13:05 Potrafię gotować **13:20** Tommy Zoom **13:45** Waybuloo **14:25** Listonosz Pat – Przesyłki specjalne **15:00** Duży i Mały **15:25** Roly Mo zaprasza **15:55** Pokaż mi, pokaż **16:50** Zawiadowca Ernie **17:00** Penelopa K. **17:30** Błyśnij-błyskula **18:10** Małe roboty **18:35** Pinky Dinky Doo **19:05** Zebek **19:30** Brum **19:55** Nosal i Skrob
20:35 Waybuloo **21:15** Listonosz Pat – Przesyłki specjalne **21:30** Penelopa K. **22:00** Błyśnij-błyskula **22:40** Małe roboty

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: △ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych

ZIG ZAP

6:00 Liga Złośliwców **6:30** Batman 2 **7:00** Ruby Gloom **7:30** Muzz Up **8:00** Titeuf 2 **8:30** 6 w pracy **9:00** Szpieg w krainie gwiazd **9:30** Strażnicy z Chinatown **10:00** Superszpiedzy **10:30** Kod Lyoko **11:00** Podcats **11:10** Przymierzalnia **11:25** Przymierzalnia: Zoey 101 4 **11:55** Przymierzalnia **12:10** Krasula i my **12:30** Kod Lyoko – serial animowany
13:00 Ruby Gloom **13:20** Lou! **13:45** Batman 2 **14:10** Liga Złośliwców **14:35** 6 w pracy **15:00** Tajna misja **15:15** Wakfu **15:45** Huntik: Łowcy tajemnic **16:10** Rahan – syn czasów mroku **16:35** Superszpiedzy **17:00** Strażnicy z Chinatown **17:30** Pora na Hit! – serial komediowy **18:00** Sprawa oddalona 2 – serial dla młodz. **18:30** Przypadki nastolatki – serial dla młodzieży **19:00** Pies, który mówi – serial familijny **19:30** Co u Dani? 2 – serial komediowy
20:00 Amika – serial dla młodzieży **20:30** Degrassi – nowe pokolenie 9 – serial dla młodzieży

JIM JAM

13:45 Tomek i przyjaciele **14:00** Bob Budowniczy **14:10** Co ja widzę?! **14:25** Igloo-Gloo **14:40** Rubbadubbers **14:50** Oswald **15:05** Antek Mrówka **15:20** Dorotka – wesoły dinozaur **15:30** Barney i przyjaciele **15:55** Tigga & Togga **16:05** Igloo-Gloo **16:20** Co ja widzę?! **16:35** Kacper **16:45** Strażak Sam **16:55** Tigga & Togga **17:00** Superbajki: W jeżynowym grodzie **17:50** Tigga & Togga **17:55** Oswald **18:15** Małe planety **18:30** Dougie w przebraniu **18:40** Magiczny klucz **18:50** Dougie w przebraniu **19:00** Bajki i bajeczki **19:15** Tork **19:25** Świnka Chudzinka **19:35** Roztańczona Angelina **19:50** Dougie w przebraniu – serial anim.
20:00 Magiczny klucz

VIVA POLSKA

7:30 Parot **8:00** Kocha, nie kocha **8:30** Zrywacz **9:00** Power lista **12:00** VIVA Hits Polska
13:00 VIVAMOVIE **14:00** In & Out **15:00** Chartsurfer **16:30** Hot or Not **17:30** O co kaman? **18:30** VIVA Mjuzik Kliiiz (10) **19:30** Viva królowie densfloru (5)
20:00 Melanż starter **21:00** Club Charts **22:00** Personality **23:00** Viva Night Spot **0:00** 10 na 10

VH 1 POLSKA

9:00 Polonez **10:00** Wczoraj i dziś **12:00** Final Countdown
16:10 Diabli nadali 9 (12, 13) **17:00** Cudowne lata (5, 6) **18:00** Wszyscy kochają Raymonda 7 (14, 15) **19:00** Zwariowany świat Malcolma (13-16)
20:35 Cudowne lata (7, 8) **21:30** Zwariowany świat Malcolma (1, 2) **22:25** Tak, kochanie (24, 1) **23:20** Wszyscy nienawidzą Chrisa (19-22)

BOOMERANG

6:15 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **6:40** Szczeniak zwany Scooby-Doo **7:05** Yogi – łowca skarbów **7:30** Droopy i Dripple **8:00** Gwiazda miesiąca: Kaczor Dodgers
17:00 Johnny Bravo **17:20** Laboratorium Dextera **17:45** Tom i Jerry **18:00** Kot Tip-Top **18:30** Odlotowe wyścigi **19:00** Dastardly i Muttley **19:30** Scooby-Doo – serial animowany
20:00 Człowiek zwany Flintstonem – film anim., USA 1966 **21:35** Jetsonowie **22:00** Yogi – łowca skarbów **22:25** Tom i Jerry **22:50** Scooby-Doo **23:15** Droopy, superdetektyw **23:40** Kot Tip-Top **0:00** Garfield – serial anim. **0:25** Scooby-Doo **0:50** Odlotowe wyścigi **1:15** Dastardly i Muttley **1:40** Kot Tip-Top – serial anim. **2:05** Przygody Popeye'a **2:30** Porażki króla Artura **2:55** Droopy, superdetektyw **3:20** Zwariowane melodie **3:45** Flintstonowie **4:10** Jetsonowie **4:35** Różowa Pantera i przyjaciele **5:00** Tom i Jerry **5:25** Przygody Popeye'a **5:50** Scooby-Doo, gdzie jesteś?

MINI MINI

13:30 Marta mówi **14:00** Niedźwiedź w dużym niebieskim domu 2 **14:25** Olinek Okrąglinek **14:50** Lusia **14:55** Harry i wiaderko pełne dinozaurów **15:05** Kolorowy świat Pacyka **15:15** Małe zoo Lucy **15:25** Gwiazdka Laury **15:40** Ogrodnik Gordon **15:50** Strażackie opowieści **16:15** Przygód kilka wróbla Ćwirka **16:25** Miffy **16:30** Zgaduj z Jessem **16:45** Stacyjkowo **16:55** Tomek i przyjaciele **17:05** Clifford – duży czerwony pies **17:30** Minikolory **17:35** Bawmy się, Sezamku **18:00** Globtroter Grover **18:05** Niezwykłe przygody Berta i Ernego 2 **18:10** Świat Elmo **18:25** Nouky i przyjaciele 2 **18:30** Barbie w „Opowieści wigilijnej" – film anim., USA 2008 **19:50** Mania
20:00 Małgosia i buciki 2

MTV POLSKA

16:30 Życie według Liz (6) **17:00** Nastoletnie matki (2) **17:30** Szał ciał PL **18:00** Moje supersłodkie urodziny PL **18:30** MTV Plotek (7) **19:00** Celebrity Bites (8) **19:30** Zemsta na brutalu (15)
20:00 Ekipa z New Jersey (12) **21:00** Wojownicy ninja (14) **21:30** Władcy móch **22:00** Udręki młodego Bergera (3) **22:30** Królowe krzyku (4) **23:00** Ostre cięcie (7, 8)

4FUN TV

13:00 Kto się w tobie kocha? **13:30** Wróżby **14:00** Parowanie **14:30** Wróżby **15:00** Weekend specjalny **16:30** Weekend specjalny/Parowanie **17:00** Top tygodnia **18:00** Hit Me/Wróżby **19:00** Weekend specjalny/Imię drugiej połówki
20:00 Non Stop Fresh/Kiedy weźmiesz ślub **21:00** Hit Me/Parowanie **22:00** Dance lista **23:00** Zakazane piosenki + Kamasutra

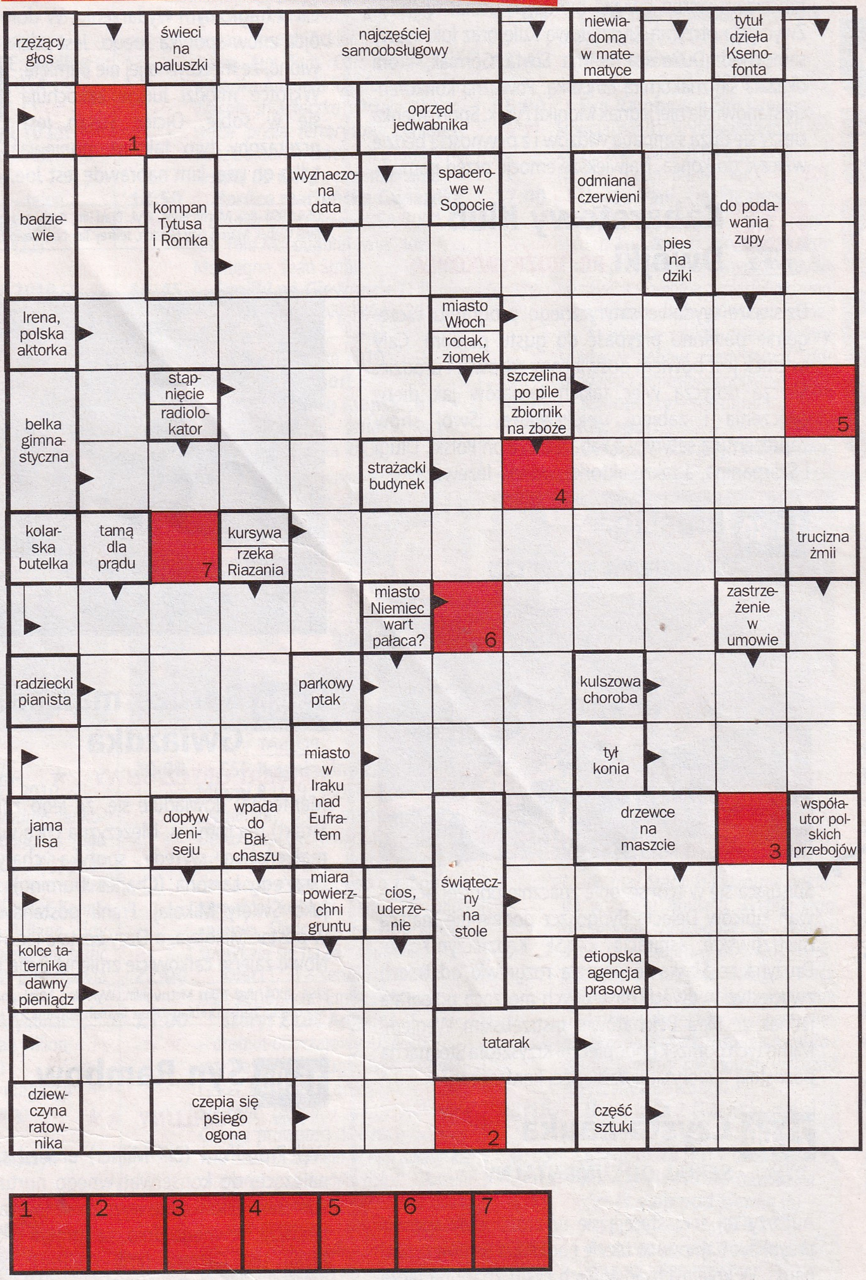
WYŚLIJ SMS na nr 7143 i wygraj!



FUNDATOREM NAGRÓD JEST Biedronka
Codziennie niskie ceny

4x Kuchnia dla dzieci

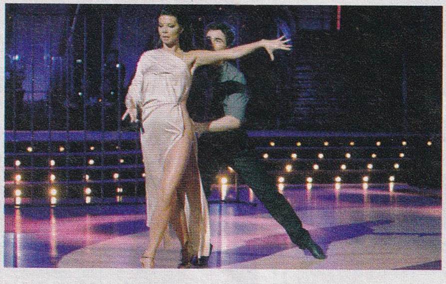
*dostępne różne mode



ROZWIĄZANIE BEZ POLSKICH ZNAKÓW prześlij SMS-em na numer 7143, w treści wpisując KTV.48.K02. i hasło krzyżówki. Koszt SMS-a 1,22 zł z VAT. Termin nadsyłania rozwiązań: 22.11 – 2.12.2010 r.

warto obejrzeć

20:00 Taniec z gwiazdami
TVN **PROGRAM ROZRYWKOWY**



Dzisiejszego wieczoru wyjaśni się, kto jest najlepszym tancerzem wśród gwiazd biorących udział w show. Zwycięzca otrzyma Kryształową Kulę oraz luksusowy samochód. Duże szanse ma Edyta Górniak, która okazała się znakomitą tancerką. Poważną konkurencję stanowi dla niej jednak Monika Pyrek. Sportsmenka cieszy się dużą sympatią widzów i z pewnością będzie walczyć do końca. Największe emocje przed nami.

20:05 Kabaretowy Klub Dwójki
TVP 2 **PR. ROZRYWKOWY**

Dzisiejsze wydanie satyrycznego programu szczególnie powinno przypaść do gustu paniom. Cały odcinek jest bowiem poświęcony zdrowiu i urodzie. Skecze dotyczą więc takich tematów jak diety, ćwiczenia i zabiegi upiększające. Swój show zaprezentują satyrycy z kabaretów Koń Polski, Długi i Szarpanina, a także aktorka Joanna Jeżewska.

14:30 PlusLiga
TV 4 **SIATKÓWKA MĘŻCZYZN**



Spisująca się w tym sezonie znacznie poniżej oczekiwań kibiców Delecta Bydgoszcz podejmuje mającą mistrzowskie aspiracje ZAKSĘ Kędzierzyn-Koźle. Drużyna ze Śląska rozpoczęła rozgrywki od trzech zwycięstw, w dwóch następnych meczach przegrała jednak ze Skrą Bełchatów i Jastrzębskim Węglem. Mimo tych porażek podopieczni Krzysztofa Stelmacha pozostają faworytami dzisiejszej konfrontacji.

23:00 Czysta nauka
NATIONAL GEOGRAPHIC **SERIAL DOKUMENTALNY**

Autorzy tej serii starają się w zrozumiały sposób przybliżyć najnowsze teorie i odkrycia współczesnej nauki. W kolejnych odsłonach cyklu znani badacze dzielą się swoimi doświadczeniami. Tym razem paleontolog Tim Heaton odsłania przed widzami realia życia prehistorycznego człowieka, którego szczątki zostały znalezione na Alasce.

21:20 Joe Black
TVP 1 **MELODRAMAT ★★★**



Młoda lekarka zakochuje się w tajemniczym mężczyźnie. Ojciec dziewczyny jako jedyny zdaje sobie sprawę, kim jest wybranek córki.

Lekarka Susan (Claire Forlani) jest córką magnata prasowego Williama Parrisha (Anthony Hopkins). W rezydencji trwają przygotowania do 65. urodzin mężczyzny. Jubilat ma problemy zdrowotne, ale nikomu o tym nie mówi. Pewnego dnia Susan poznaje w barze młodego mężczyznę. Tuż potem Joe (Brad Pitt) ginie pod kołami samochodu. Kobieta nie ma jednak pojęcia o tragicznym wydarzeniu. W domu ojca znów spotyka Joego. Jest zdziwiona, że mężczyzna jej nie pamięta. Wkrótce młodzi ludzie zakochują się w sobie. Ojciec Susan jest przerażony tym faktem, ponieważ tylko on wie, kim naprawdę jest Joe.

USA 1998. Reż. Martin Brest. Wyk. Brad Pitt, Anthony Hopkins, Claire Forlani, Jake Weber, Marcia Gay Harden, Jeffrey Tambor, David S. Howard i inni

12:15 Dudley Doskonały
TVP 2 **KOMEDIA ★★**



Dudley Doskonały (Brendan Fraser) jest funkcjonariuszem Królewskiej Policji Konnej w kanadyjskiej wiosce. Zakochuje się w córce swojego szefa (Sarah Jessica Parker). Ona jednak nie odwzajemnia jego uczuć. Wybrankiem dziewczyny jest przystojny Snidely Whiplash (Alfred Molina). Wkrótce okazuje się, że chce on w nieuczciwy sposób wzbogacić się na mieszkańcach miasteczka. Dudley postanawia go zdemaskować.

USA 1999. Reż. Hugh Wilson. Wyk. Brendan Fraser, Sarah Jessica Parker, Alfred Molina, Eric Idle, Robert Prosky, Alex Rocco, Jack Kehler i inni

14:50 Bardzo małżeńska Gwiazdka
POLSAT **DRAMAT OBYCZAJOWY ★**



Frank Griffin (Joe Mantegna) dowiaduje się, że jego żona Ellen (Jean Smart) ma romans. Mężczyzna chce walczyć o swoje małżeństwo. Wtedy spotyka charyzmatycznego Ozzy'ego Larsona (Charles Durning), który pracuje jako Święty Mikołaj. Frank postanawia wcielić się w postać Mikołaja, a Ozzy zostaje jego nauczycielem. Nowe zajęcie całkowicie zmienia życie mężczyzny.

USA 2004. Reż. Tom McLoughlin. Wyk. Joe Mantegna, Jean Smart, Kari Matchett, Charles Durning, Ngozi Taymah Armatrading i inni

15:00 Syn Rambow
TVN **FAMILIJNY ★★**

Will Proudfoot (Bill Milner) urodził się w rodzinie należącej do konserwatywnego nurtu religii protestanckiej. Członkowie wyznania mają zakaz oglądania telewizji. Pewnego dnia, za sprawą szkolnego rozrabiaki, Lee Cartera (Will Poulter), chłopiec widzi fragment filmu „Rambo: Pierwsza krew". Zachwyceni koledzy chcą nakręcić jego amatorską wersję. Środowisko Willa nie akceptuje tej przyjaźni.

Francja/Wielka Brytania/Niemcy 2007. Reż. Garth Jennings. Wyk. Neil Dudgeon, Bill Milner, Jessica Hynes, Anna Wing, Will Poulter i inni

20:05 Matrix Rewolucje
TVN 7 **SCIENCE FICTION ★★**

Neo (Keanu Reeves) jest uwięziony w tajemniczej stacji, która znajduje się pomiędzy światem maszyn a Matriksem. Tymczasem mieszkańcy Zionu przygotowują się do obrony ostatniej osady ludzkości. Armia maszyn szykuje się do ataku na miasto. Po długich negocjacjach z rządem Trinity (Carrie-Anne Moss) i Morfeusz (Laurence Fishburne) uwalniają Neo. Wierzy on, że jest w stanie ocalić Zion przed zagładą.

USA 2003. Reż. Larry Wachowski, Andy Wachowski. Wyk. Keanu Reeves, Carrie-Anne Moss, Mary Alice, Hugo Weaving, Monica Bellucci i inni

TVP 1

6:00 **Mały rycerz El Cid** – anim.
6:30 **Smerfy** – anim., Belgia 1988 (powt.)
7:00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach**
8:00 **Tydzień** – magazyn rolniczy
8:35 WALT DISNEY W JEDYNCE: **Klub przyjaciół Myszki Miki** – anim.
9:15 DISNEY! CUDOWNY ŚWIAT: **Dzwoneczek i zaginiony skarb** – film animowany, USA 2009 ★★
10:35 PIXAR SHORTS: **Tin Toy** – film animowany, USA 1988 ★★★
10:50 WALT DISNEY W JEDYNCE: **Czarodzieje z Waverly Place** (11) – serial familijny, USA 2008
11:15 **Okazja** (10) – kom., Pol. 2005
11:50 **Między ziemią a niebem** – mag.
12:00 **Anioł Pański**
12:15 **Między ziemią a niebem** – mag.
12:50 **Wiadomości**
13:15 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Kuusamo – konkurs indywidualny *live*
15:25 **Weneckie Qui Pro Quo** – komedia, Wielka Brytania/USA 1992, reż. Mark Herman ★★
17:00 **Teleexpress, pogoda**
17:30 **Ojciec Mateusz 4** (56): Helena – serial krym., Polska 2010 (powt.)
18:25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
19:00 **Wieczorynka:** Chip i Dale – anim.
19:30 **Wiadomości, sport**
20:00 **Biegi narciarskie:** Kronika Pucharu Świata
20:05 **Pogoda**

TVP 2

4:25 **Córki McLeoda 6** (160) – obycz.
5:10 **Słowo na niedzielę**
5:15 NIE TYLKO DLA PAŃ: **Genialne zwierzęta:** Gołębie – serial dok.
6:15 **Ostoja** – magazyn przyrodniczy
6:45 **M jak miłość** (787) (powt.)
7:45 **Barwy szczęścia** (495, 496)
8:45 **Strefa gwiazd** – magazyn
9:25 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat:** Wioska Himba
9:55 **Makłowicz w podróży** – mag.
10:25 **Biegi narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Kuusamo – studio *live*
11:00 **Biegi narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Kuusamo – bieg na 10 km stylem dowolnym kobiet *live*
12:10 **Dzień na wyścigach – Służewiec 2010** – magazyn
12:15 GWIAZDY W POŁUDNIE: **Dudley Doskonały** – komedia, USA 1999, reż. Hugh Wilson ★★ (s. 40)
13:35 **Alfabet uczuć, czyli 10 lat z „M jak miłość"** – reportaż
14:00 **Familiada** – teleturniej
14:35 **Złotopolscy** (1117) – telen.
15:15 **Szansa na sukces:** Blue Café
16:20 **Na dobre i na złe** (422)
17:20 **Kabaretowa Noc Listopadowa Gdynia 2010** (2)
17:50 **Dzień na wyścigach – Służewiec 2010** – magazyn
18:00 **Panorama, sport**
18:45 **„Tak to leciało!" – kulisy**
18:55 **Tak to leciało!** – telet. muzyczny
20:05 **Kabaretowy Klub Dwójki** – program rozrywkowy (s. 40)

POLSAT

5:00 **Wstawaj! Gramy!** – pr. muz.
6:00 **Nowy dzień z Polsat News**
7:15 **Co nowego u Scooby'ego?** – serial animowany, USA
7:50 **Kaczor Donald przedstawia** – serial animowany, USA
8:25 **Scooby-Doo, gdzie jesteś?** – serial animowany, USA
8:55 **Gumisie** – serial animowany, USA
9:55 **Kacze opowieści** – serial animowany, USA 1987-1989
10:55 **Buddy – pies na gole** – film familijny, USA 2000, reż. Bill Bannerman, wyk. Kevin Zegers ★
12:45 **Małolaty ninja w lunaparku** – komedia przygodowa, USA 1998, reż. Sean McNamara, wyk. Hulk Hogan, Joseph Ackler ★
Bracia Tum Tum, Colt, Rocky i ich sąsiadka Amanda idą do lunaparku. Wesołe miasteczko zostaje opanowane przez terrorystów. Chłopcy, wraz z aktorem Dave'em Dragonem, ruszają do walki z przestępcami.
14:50 **Bardzo małżeńska Gwiazdka** – dramat obyczajowy, USA 2004, reż. Tom McLoughlin, wyk. Joe Mantegna, Jean Smart ★ (s. 40)
16:45 **Szpilki na Giewoncie** (13) – serial obyczajowy, Polska 2010
17:45 **Hotel 52** (26) – serial obyczajowy, Polska 2010
18:50 **Wydarzenia, sport**
19:30 **Świat według Kiepskich** (243): Boczny tor – serial komediowy, Polska 2001

TVN

5:35 **Uwaga!** – magazyn reporterów (powt.)
5:55 **Mango** – telezakupy
8:00 **Maja w ogrodzie** – magazyn ogrodniczy
8:25 **Akademia ogrodnika** – magazyn ogrodniczy
8:30 **Dzień dobry TVN** – mag. *live*
10:50 **Kobieta na krańcu świata** (9) – program krajoznawczy, Pol. 2010
11:20 **Co za tydzień** – magazyn
Plotki ze świata show-biznesu, relacje z muzycznych i filmowych premier oraz felietony o ciekawych wydarzeniach. Nie zabraknie też wywiadów ze znanymi osobami. Prowadzi Olivier Janiak.
11:45 **Kuchenne rewolucje** – reality show, Polska 2010 (powt.)
12:45 **Mam talent!** – program rozrywkowy, Polska 2010 (powt.)
15:00 **Syn Rambow** – film familijny, Francja/Wielka Brytania/Niemcy 2007, reż. Garth Jennings, wyk. Neil Dudgeon, Bill Milner ★★ (s. 40)
17:00 **Ugotowani** – reality show
Uczestnicy programu dają popis swoich kulinarnych zdolności. Każdy z nich przygotuje dla swoich konkurentów wykwintną kolację złożoną z przystawki, dania głównego i deseru. To właśnie rywale ocenią walory smakowe potraw, pomysłowość gospodarza i atmosferę spotkania.
18:00 **Milionerzy** – teleturniej
19:00 **Fakty, sport**
19:45 **Uwaga!** – magazyn reporterów









TVP 1

20:20 **Miłość nad rozlewiskiem** (12) – serial obyczajowy, Polska 2010
Małgosia szuka pracy w Warszawie. Kuba zakłada własny biznes. Niebawem zdobywa pierwszego klienta. Marysia jest dumna z chłopaka.
21:20 **Joe Black** – melodramat, USA 1998, reż. Martin Brest, wyk. Brad Pitt, Anthony Hopkins, Claire Forlani, Jake Weber ★★★ (s. 40)
0:25 **Las Vegas Parano** – komediodramat, USA 1998, reż. Terry Gilliam, wyk. Johnny Depp, Benicio Del Toro, Tobey Maguire ★★★
USA, 1971 rok. Dziennikarz sportowy Raoul jedzie ze swoim przyjacielem Doktorem Gonzo do Las Vegas. Mężczyźni niemal cały czas pozostają pod wpływem alkoholu i środków odurzających.
2:35 KOLEKCJA KINOMANA: **Jentl** – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania/Czechosłowacja 1983, reż. Barbra Streisand, wyk. Barbra Streisand, Mandy Patinkin ★★★
4:55 KINO NOCNYCH MARKÓW: **Film fabularny**
5:50 **Zakończenie**

TVP 2

21:05 **Czas honoru 3** (37) – serial wojenny, Polska 2010
Bronek próbuje udowodnić Jankowi i kolegom z oddziału, że jego ojciec nie jest zdrajcą. Wypytuje Woyciechowskiego, czy prowadził interesy z Niemcami. Doktor Konarska opatruje ciężarną Milenę. Gdy dowiaduje się, że kobieta ma trafić do obozu w Auschwitz, postanawia przyspieszyć poród.
22:05 **Castle** (7) – serial kryminalny, USA 2009, wyk. Nathan Fillion
22:50 **Dzień na wyścigach – Służewiec 2010** – magazyn
23:20 **Szybka piłka** – magazyn piłkarski *live*
23:55 **Kocham kino** – magazyn Grażyny Torbickiej
0:25 **W polskim kinie** – magazyn
1:05 **Strefa gwiazd** – magazyn
1:30 **Skok** – film sensacyjny, Polska 1999, reż. Piotr Starzak, wyk. Adam Kamień, Ewa Gorzelak ★
2:25 **Kawalerskie życie na obczyźnie** – film obyczajowy, Polska 1992, reż. Andrzej Barański ★★
4:10 **Zakończenie**

POLSAT

20:00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 8** (179, 180) – serial kryminalny, USA/Kanada 2009
Delko pracuje teraz dla adwokat Adrianny Villani. Broni ona bezdomnego oskarżonego o zabójstwo zamożnej kobiety. Ekipa CSI bada sprawę. Śledczy i ich były kolega spotykają się na sali sądowej.
22:00 **Kości** (23) – serial kryminalny, USA 2006, wyk. Emily Deschanel
23:00 **Szeryf z Los Angeles** – dramat obyczajowy, USA 2000, reż. David Anspaugh, wyk. Miguel Ferrer, Elizabeth Lackey ★★
Sierżant Drazin i detektyw Anne Coates prowadzą śledztwo w sprawie pożaru. Zginęło w nim azjatyckie małżeństwo z dwójką dzieci. Okazuje się, że prowadzili oni w swoim domu lokal ze striptizem i mogli mieć wielu wrogów. Opis podejrzanego o podpalenie mężczyzny pasuje do Alfonza Sancheza, jednego z sąsiadów.
0:55 **Magazyn sportowy**
3:00 **Tajemnice losu** – program rozrywkowy
4:40 **TV Market** – magazyn reklamowy

TVN

20:00 **Taniec z gwiazdami:** Finał – program rozrywkowy, Polska 2010 *live* (s. 40)
22:15 **Dr House** (22-ost.) – serial obyczajowy, USA 2005
Mark, mąż Stacy, kilkakrotnie odkłada wizytę u House'a. Wyniki jego badań nie odbiegają od normy, a on sam czuje się dobrze i twierdzi, że nic mu nie dolega. Stacy nalega jednak na przeprowadzenie dodatkowych testów u męża. Nieoczekiwanie Mark zostaje sparaliżowany. Gregory nie potrafi wskazać przyczyny tej sytuacji.
23:15 **Usta, usta 2** (12-ost.) – serial komediowy, Polska 2010 (powt.)
0:15 **Mentalista** (11) – serial kryminalny, USA 2009 (powt.)
1:15 **Sześć stóp pod ziemią** (6) – serial obyczajowy, USA 2004
2:25 **Po co spać, jak można grać** – program interaktywny *live*
3:20 **Uwaga!** – magazyn reporterów (powt.)
3:40 **Telesklep** – magazyn reklamowy
4:05 **Nic straconego** – programy powtórkowe

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych

ND PO WT ŚR CZ

TV 4



4:00 **Lou Reed – Live at Montreux** – koncert
6:05 **V Max** – magazyn motor.
6:35 **Dekoratornia** – magazyn
7:05 **mała Czarna** – talk-show
8:05 **Spadkobiercy** (39) – serial komediowy, Polska 2010
9:05 ★★ **Człowiek, który wiedział za mało** – komedia kryminalna, USA 1997, reż. Jon Amiel
11:00 **Galileo** (190)
12:00 **mała Czarna** – talk-show
13:00 **Dekoratornia** – magazyn
13:30 **Spadkobiercy** (39) – serial komediowy, Polska 2010
14:30 **Siatkówka mężczyzn:** PlusLiga – mecz: Delecta Bydgoszcz – ZAKSA Kędzierzyn-Koźle *live* **(s. 40)**
16:55 **Nieposkromiona Australia** – serial przyrodniczy, Francja 1999
17:30 **VIP** – program kulturalny
18:00 **Ikony popkultury** (2): Angelina Jolie – cykl dok.
19:00 **Galileo** (192)
20:00 **Galileo EXTRA** – program popularnonaukowy, Polska
21:00 **STOP Drogówka** – mag.
22:00 **Kroniki Piotra Bałtroczyka z Warmii** (1/4) – pr. rozrywkowy
23:00 ★★ **Trup w akademiku** – komedia, USA 1998, reż. Alan Cohn, wyk. Tom Everett Scott
0:50 ★ **Smoki górą** – komedia sensacyjna, Hongkong 1988, reż. Sammo Hung Kam-Bo, Corey Yuen
2:25 **Nazareth – Homecoming** – koncert
3:50 **VIP** – program kulturalny
4:15 **TV Market**
4:30 **Zakończenie**

TVN 7



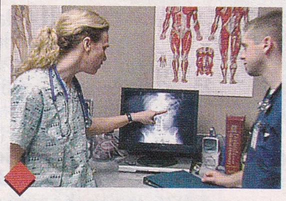
6:15 **Misja Martyna:** Zamieszkać na wodzie – program rozrywkowy
6:45 **Pascal: po prostu gotuj** – magazyn kulinarny
7:15 **Mango** – telezakupy
9:20 **Tajemnice Smallville** (4) – serial s.f., USA/Kanada 2005-2006
10:20 **Frasier** (11, 12) – serial komediowy, USA 2002-2003
11:25 ★★ **Pantofelek Kopciuszka** – komedia, Francja/USA 1990, reż. Tom Clegg, wyk. Jennifer Grey, Rob Lowe
13:15 **Chuck** (10) – serial s.f., USA 2009
14:15 **Kobra – oddział specjalny** (10) – serial sensacyjny, Niemcy 2008
15:15 **Agenci NCIS** (10) – serial sens., USA 2006-07
16:15 ★★ **Scooby Doo** – komedia przygodowa, USA/Australia 2002, reż. Raja Gosnell, wyk. Freddie Prinze Jr.
18:00 **Miasteczko Twin Peaks** (22-ost.) – serial kryminalny, USA 1991
19:05 **Detektyw Monk** (7) – serial krym., USA 2007-08
20:05 ★★ **SUPERSEANS: Matrix Rewolucje** – film s.f., USA 2003, reż. Larry Wachowski, Andy Wachowski, wyk. Carrie-Anne Moss **(s. 40)**
22:45 **Krok od domu** (4) – serial krym., USA 2005
23:40 ★★ **Wycieczkowicze** – komedia, Czechy 2006, reż. Jiří Vejdělek, wyk. Anna Polívková, Eva Holubová
2:00 **Arkana magii** – interaktywny program rozrywkowy, Polska
4:05 **Zakończenie**

TVP POLONIA



7:00 **Plebania** (1569-1573) – serial obycz., Polska 2010
8:55 **Niedźwiedzie nic nie wiedzą** (4) – serial przygodowy, Czechy 1993
9:25 **Słownik polsko@polski**
9:55 **Alternatywy 4** (3) – serial kom., Polska 1983
10:55 **Smaki czasu z Karolem Okrasą** – mag. kulinarny
11:25 **Twoje złote przeboje – koncert życzeń** – mag.
11:50 **Między ziemią a niebem**
12:00 **Anioł Pański**
12:15 **Między ziemią a niebem**
12:45 **Miejsce z historią** – cykl reportaży, Polska 2010
13:00 **Transmisja mszy świętej z kościoła pw. św. Anny w Świerklanach**
14:20 **Kraj się śmieje** (2) – program rozrywkowy
15:20 **KSU – legenda Bieszczad, legenda rocka** – film dokum., Polska 2007
15:55 **Złotopolscy** (1104) – telenowela, Polska 2010
16:25 **Gra w miasta** – telet.
17:00 **Teleexpress**
17:20 **M jak miłość** (772) – serial obycz., Polska 2010
18:10 **Barwy szczęścia** (274, 275) – serial obyczajowy, Polska 2009
19:10 **DOBRANOCKA: Baśnie i bajki polskie** – anim.
19:30 **Wiadomości, sport**
20:10 **Janosik** (2) – serial przygodowy, Polska 1973
21:05 **Kocham Cię, Polsko!** – program rozrywkowy
22:35 **Królowa Bona** (1) – serial historyczny, Pol. 1980
23:45 **Zacisze gwiazd** – pr. rozr.
0:15 **M jak miłość** (772) – serial obycz., Polska 2010

TV PULS



6:00 **Will i Grace** (14) – serial kom., USA 1998
6:30 **Taki jest świat**
7:00 **Niebezpieczne spotkania** (5)
8:00 **Hi Hi TV** – pr. rozrywkowy
8:30 **Stacja Porankowo**
9:30 **JUNIOR TV: Myszorki na prerii** – serial animow.
10:00 **JUNIOR TV: Pszczółka Maja** – serial animowany
11:00 **JUNIOR TV: Flintstonowie** – serial animowany, USA
11:30 **JUNIOR TV: Całkiem nowe przygody Toma i Jerry'ego** – anim., USA
12:35 **Pinokio i Władca** ★★ **Ciemności** – film animowany, USA 1987
14:30 ★ **Bud, pies na medal** – komedia, USA/Kanada 1998, reż. Richard Martin
16:30 ★★ **Podróże Gulliwera** – film przygodowy, USA/Wielka Brytania 1996
18:30 **Taki jest świat**
19:00 **Hi Hi TV** – pr. rozrywkowy
19:30 **JUNIOR TV: Całkiem nowe przygody Toma i Jerry'ego** – anim., USA
20:00 **Z archiwum policji** (13)
20:30 **Dyżur** (42) – dok., Pol.
21:00 **Szpital – nagłe przypadki** (13) – serial dokumentalny, USA 2005
22:00 **Podniebny horror** (13)
23:00 **Goło i wesoło** – pr. rozr.
23:30 **Strach się bać!** – reality show, USA 2003
0:00 **Dziewczyny na ekran**
0:30 **Medium 3** (13) – serial kryminalny, USA 2007
1:30 ★ **Pętla śmierci** – horror, USA 2006
3:30 **Zbrodnie niedoskonałe** (4) – dok., Polska 2008

ZONE EUROPA



8:00 ★★★ **Tacy byliśmy** – melodramat, USA 1973, reż. Sydney Pollack, wyk. Barbra Streisand
10:05 ★★ **Fantaghiro 3** (2-ost.) – film fantasy, Włochy 1993, reż. Lamberto Bava, wyk. Alessandra Martines
11:55 ★★★ **Moby Dick** – film przygodowy, W. Brytania 1956, reż. John Huston, wyk. Gregory Peck
14:00 **Cinemania** (396) – magazyn filmowy, 2010
14:25 ★★ **Zawieszeni na drzewie** – komedia, Francja 1971, reż. Serge Korber, wyk. Louis de Funes
16:05 ★★★ **Złote czasy radia** – komedia, USA 1987, reż. Woody Allen, wyk. Mia Farrow, Seth Green
17:45 ★★ **Carnera – wielki mistrz** – film biograficzny, Włochy/Rumunia 2008, reż. Renzo Martinelli
20:00 ★★ **Lakier do włosów** – film muzyczny, USA 1988, reż. John Waters, wyk. Ricki Lake, Colleen Fitzpatrick
21:45 ★★ **PREMIERA: Mayrig znaczy mama** – dramat obyczajowy, Francja 1991, reż. Henri Verneuil, wyk. Claudia Cardinale
0:10 ★ **Ars amandi** – film erotyczny, Fr./Włochy 1983, reż. Walerian Borowczyk
1:55 ★★★ **POŻEGNANIE Z FILMEM: Zbrodnie i wykroczenia** – komediodramat, USA 1989, reż. Woody Allen
3:35 ★★ **Agent wpływu** – dramat krym., Kanada 2002, reż. Michel Poulette, wyk. Christopher Plummer

TVP INFO

10:00 Antysalon Ziemkiewicza **11:00** Teleplotki **12:15** Info jazda **13:00** Ekonomia z ludzką twarzą **13:15** Medycyna niekonwencjonalna – fakty i mity **14:00** Wierzę, wątpię, szukam **15:00** Elementarz mam **16:00** Gdzie diabeł nie może... **20:00** Tydzień Jacka Żakowskiego **20:52** Młodzieżkontra **23:00** Sportowanie-dziela **23:20** Za kulisami PRL **23:50** Poszukiwany Ryszard Kapuściński

TVN 24

7:00 Serwis informacyjny (co 15 minut) **10:55** Kawa na ławę **11:40** Loża prasowa **12:20** Ewa Ewart poleca: Dokument w TVN 24 **14:40** Kalejdoskop tygodnia **17:10** Prosto z Polski **18:15** Publiczna.tv **19:00** Sukces pisany szminką **19:21** Fakty po Faktach **20:00** Polska i świat **20:30** Kawa na ławę **21:10** Loża prasowa **22:00** Szkło kontaktowe

TVS

16:00 Polscy milionerzy **16:15** Turyści **16:45** Śląski koncert życzeń (1/2) **17:15** Kuchnia po śląsku **18:05** Śląski koncert życzeń (2-ost.) **18:40** Bajkowa TVS **19:15** Najzabawniejsze wideo świata **20:00** Silesia informacje **20:25** Lista śląskich szlagierów – finał **22:20** Rozmowy z powerem **23:00** Muzyka w TVS **23:40** Vipo – propozycje **0:00** Silesia informacje

POLSAT NEWS

6:00 Serwis informacyjny (co 15 minut) **9:45** Wystarczy chcieć **10:00** **10:15** Narożnik Newsweeka **12:00** Angelus **14:45** Encyklopedia zdrowia **15:45** Nie daj się fiskusowi **16:45** Wystarczy chcieć **18:35** Giełda komentarzy **18:50** Wydarzenia **19:40** Oblicza świata **20:00** To był dzień **21:00** Informacje dnia **21:30** To był dzień na świecie

TVP KULTURA

13:40 ★ **Mała sprawa** – film obyczajowy, Polska 1975
14:35 **Czytelnia** (147) – mag.
15:05 **KINO LEKTUR SZKOLNYCH: Lalka** (9-ost.) – obycz., Pol.
16:35 **Tygodnik kulturalny**
17:25 ★★★ **Dekalog 9** – dramat obyczajowy, Polska 1988
18:35 **Niedziela z... twórczością Piotra Machalicy**
19:25 **Zimy żal. Piosenki Jeremiego Przybory i Jerzego Wasowskiego**
20:30 ★★ **Kapitał, czyli jak zrobić pieniądze w Polsce...** – kom., Pol. '89
22:05 **ROCKOWY POCZĄTEK NOCY: Rzeka dzieciństwa**
23:10 **Oficer** (6) – serial sens.
0:15 **Może to grzech, że się modlę** – film dokum.
0:45 **Jarocin po latach**
1:10 ★★ **KINO NOCNE: Red Road** – thriller, Wielka Brytania/Dania 2006

TELE 5

6:25 **Straż graniczna 3** (2) – serial dok., Australia 2006
7:00 **Telezakupy** – mag. rekl.
10:00 **Kosmica TV**
12:00 **Akademia fitnessu i kulturystyki**
12:30 **Plusy dodatnie, plusy ujemne** – pr. publicyst.
13:25 **Disco Bandżo** (59)
14:40 ★ **Rycerz z Westender** – film fantasy, USA 2003
16:50 **27 minut spóźnienia** (9) – serial komediowy, Wielka Brytania 2009
17:35 **AUTO-FUN** (18)
17:50 ★ **Grupa specjalna** – film sensacyjny, USA 1997
20:00 ★★ **Uderzenie Iwa** – film sensacyjny, USA 1995
22:05 **Stardust** (2) – pr. rozr.
22:45 **Porachunki** (15, 16) – serial sens., Australia
0:45 ★ **Seks i władza** – thriller erotyczny, USA 2002
2:15 **Nocny patrol** – pr. rozr.

13TH STREET UNIVERSAL

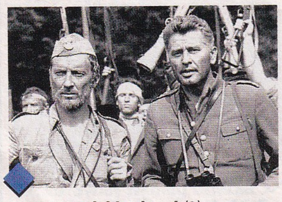
6:00 ★★ **Detektyw Foyle: Na polu walki** (3) – krym., Wielka Brytania 2004
8:00 **Prawo i porządek 14** (24) – serial krym., USA 2003
9:00 **Prawo i porządek 11** (1) – krym., USA 2000-2001
10:00 ★★ **Columbo i śmierć gwiazdy rocka** – kryminał, USA 1991
12:00 **Prawo i porządek 11** (2, 3) – krym., USA 2000-01
14:00 **Żona idealna** (19, 20) – serial obycz., USA 2009
16:00 **Nowe gliny** (11, 12) – krym.
18:00 **Dowody zbrodni** (21, 22) – serial krym., USA 2004
20:00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (12-16) – krym., USA/Kanada 2002
1:00 ★★ **Terror na drodze** – thriller, USA 2004
3:00 ★★ **Głęboko w ukryciu: Załoga duchów** – krym., Wielka Brytania 2001

ALE KINO!



- 8:00 Na trasie – film krótkometrażowy, Niemcy/Szwajcaria 2007
- 8:45 KINO MÓWI: **Mleko** ★★ – dramat obyczajowy, Turcja/Francja/Niemcy 2008, wyk. Melih Selcuk
- 10:55 **Zabity na śmierć** ★★ – komedia kryminalna, USA 1976, reż. Robert Moore, wyk. David Niven
- 12:35 ALE KRÓTKIE: **Świat wyobraźni** – blok filmów krótkometrażowych
- 13:05 **Rozmowy z innymi kobietami** ★★ – komediodramat, USA 2005, wyk. Aaron Eckhart
- 14:40 **Ed TV** ★★ – komedia, USA 1999, reż. Ron Howard, wyk. Matthew McConaughey
- 16:50 **Kolor purpury** ★★★ – dramat obyczajowy, USA 1985, reż. Steven Spielberg, wyk. Whoopi Goldberg
- 19:30 PREMIERA: **W oku kamery** (13): Przełomowe filmy – serial dokumentalny, Holandia 2009
- 20:10 PREMIERA: **Panna Marple. Hotel Bertram** ★★ – kryminał, Wielka Brytania 2007, reż. Dan Zeff, wyk. Geraldine McEwan
- 21:55 **Elita zabójców** ★ – film sensacyjny, USA 1975, reż. Sam Peckinpah, wyk. James Caan, Robert Duvall
- 0:10 **Lato miłości** ★★★ – film obycz., Wielka Brytania 2004, wyk. Nathalie Press
- 1:45 **Z-boczona historia kina** (2) – dok., Holandia 2006, wyk. Slavoj Žižek
- 2:45 **Żelazną ręką** ★★ – film historyczny, Polska 1989

KINO POLSKA



- 5:25 **Polskie drogi** (3)
- 7:00 BAJKI: **Zawody** – anim.
- 7:10 BAJKI: **Lis Leon** – anim.
- 7:15 BAJKI: **Przygody skrzatów** – serial anim.
- 7:25 BAJKI: **Dwa koty i pies**
- 7:45 BAJKI: **Zawody** – anim.
- 7:55 BAJKI: **Czarodziejska pałeczka** – film anim.
- 8:05 BAJKI: **Lis Leon** – anim.
- 8:10 BAJKI: **Dwa koty i pies**
- 8:20 BAJKI: **Kolorowe obrazki**
- 8:45 **Szaleństwa panny Ewy** ★★ – film obycz., Pol. 1984
- 10:25 **Na ekranie i na planie**
- 10:35 **City** – film dok., Pol.
- 11:00 **W Iluzjonie** (3): Aleksander Żabczyński. Amant komediowo-liryczny
- 11:30 **Sportowiec mimo woli** ★★ – komedia, Polska 1939
- 12:50 **Poszukiwacze jutra**
- 13:20 **Paryż-Warszawa bez wizy** ★ – komedia przygodowa, Polska 1967
- 15:00 **Studio propagandy sukcesu** (13) – mag., Pol.
- 15:10 **Kobieta za ladą** (4) – serial obycz., Czechosłowacja
- 16:10 **Studio propagandy sukcesu** (14) – mag., Pol.
- 16:20 **Szpital na peryferiach** (4) – obycz., Czechosłowacja
- 17:15 **Studio propagandy sukcesu** (15) – mag., Pol.
- 17:30 **Goście** (4) – serial s.f.
- 18:10 **Najważniejszy dzień życia**: Gra – serial obycz.
- 19:30 **Wielki układ** ★★ – film obycz., Pol. 1976
- 21:15 **Barwy walki** ★★ – dramat wojenny, Pol. 1964
- 22:55 **Farba** ★★ – dramat obyczajowy, Pol. 1997
- 0:30 **Przepraszam, czy tu biją?** ★★★ – film sens., Polska 1976

FILMBOX

- 6:15 **Magazyn Filmowy Premiery**
- 6:40 **Dobry człowiek w Afryce** ★★ – komediodram., USA/RPA '94
- 8:30 **Karlsson z dachu** ★ – film animowany, Szwecja/Norwegia 2002
- 10:00 **Opopomoz** ★★ – film anim., Wł./Hiszp./Fr. 2003
- 11:35 **Didier** ★★ – komedia, Francja/Belgia/Szwajcaria 1997
- 13:35 **Kung Fu Soccer** ★★ – komedia sensacyjna, Chiny/Hongkong 2001
- 15:25 **Klątwa Tutenchamona** ★ (1, 2-ost.) – film przygodowy, USA 2006
- 18:45 **Rzeka dzieciństwa** ★★★ – film obyczajowy, USA 1992
- 21:00 **Detektyw** ★ (2-ost.) – kryminał, USA 2005
- 22:40 **Królowa Margot** ★★ – dramat hist., Fr./Wł./Niem. 1994
- 1:20 **Ty i ja, i wszyscy, których znamy** ★★★ – film obycz., USA/W. Bryt, 2005
- 2:55 **Śmierć niewinności** ★★ – dramat obycz., USA 1993
- 4:25 **W pogoni za marzeniami** ★★ – dramat obycz., USA 2000

CANAL+

- 7:00 **Kraina z marzeń** – film dokum., Islandia 2009
- 8:00 **Miłość w przyrodzie** (4) – serial dok., Fr. 2009
- 9:00 **Na szlaku** ★★ – western, USA 1969
- 10:40 **Poirot – przyjdź i zgiń** ★★ – dramat kryminalny, Wielka Brytania 2009
- 12:20 **Hotelowa miłość** ★★ – kom. romantyczna, USA 2008
- 14:00 **Mama w opałach** ★★ – kom., USA 2009
- 15:35 DESER: **Logorama**
- 16:00 **Noc w muzeum 2** ★★ – film przyg., USA/Kanada 2009
- 17:50 **Rockefeller Plaza 30 4** (16)
- 18:20 **Magia kłamstwa 2** (2)
- 19:10 ✗ **Łapu-capu**
- 19:20 ✗ **Aktualności filmowe**
- 19:50 ✗ **Nie przegap** – mag.
- 20:00 PREMIERA: **Fame: Sława** ★★ – film muz., USA 2009
- 21:50 **Powrót do Brideshead** ★★ – dram. obycz., W. Bryt./Maroko/Wł. 2008
- 0:05 **28 dni później** ★★ – horror, W. Bryt./USA/Fr. 2002
- 2:00 **Czułe miejsca** ★★ – film s.f., Polska 1980

HBO

- 6:00 **Pan domu** ★★ – komedia, USA 1995
- 7:35 **Filmy i gwiazdy** – mag.
- 8:05 **U Pana Boga za miedzą** ★★ – komedia, Polska 2009
- 10:00 **Zupełnie jak miłość** ★★ – kom. romant., USA 2005
- 11:45 **Jaki ojciec, taka córka** ★★ – komedia, Francja 2007
- 13:10 **Na planie** – mag., USA
- 13:40 **Amerykańska dziewczynka** ★★ – film familijny, USA 2009
- 15:10 **Po drugiej stronie** ★★ – kom. romantyczna, USA 2008
- 16:55 **Góra czarownic** ★★ – film przygodowy, USA 2009
- 18:35 **Brzydka prawda** ★★ – kom. romantyczna, USA 2009
- 20:10 NIEDZIELNA MEGAPREMIERA: **Dystrykt 9** ★★★ – film s.f., USA/Nowa Zelandia/Kan. 2009
- 22:00 PREMIERA: **Trans-akcja** – film dokum., Polska 2010
- 23:15 **Janosik. Prawdziwa historia** ★★ – przyg., Czechy/Pol./Słowacja/Węgry 2009
- 1:35 **Rącze konie** ★★ – western, USA 2000, wyk. Matt Damon

FILMBOX EXTRA

- 7:40 **Coco Chanel** (1/2) ★★ – film obycz., Wł./Fr./W. Bryt. 2008
- 9:10 **Straż przybrzeżna** (7, 8)
- 10:35 **Coco Chanel** (2-ost.) ★★ – film obycz., Wł./Fr./W. Bryt. 2008
- 12:10 **Klinika Mercy Peak** (32)
- 13:05 **Genesis** – film dokum., Francja/Włochy 2004
- 14:25 **Człowiek z miasta** ★★ – komediodramat, USA 2006
- 18:15 **Bóg jest wielki, a ja malutka** ★★ – komedia romant., Francja 2001
- 20:00 **Na ratunek** ★★ – thriller, Niemcy 2008
- 21:00 **Fala** ★★★ – dramat obyczajowy, Niemcy 2008
- 23:30 **Kochanek Lady Chatterley** ★★ – dram. obycz., Belgia/Fr./W. Bryt. 2006
- 2:15 **Łuk** ★★ – melodramat, Korea Południowa/Japonia 2006

CANAL+ FILM

- 11:00 **Miłość w przyrodzie** (3) – serial dok., Fr. 2009
- 12:00 **Ponyo** ★★ – film animowany, Japonia 2008
- 13:40 **Kocham cię od tak dawna** ★★★ – dramat obycz., Francja/Niemcy 2008
- 15:35 **Masoni: Synowie wdowy** – film dokum., Hiszp. 2009
- 16:40 **Ocaleni** ★★ – thriller, USA/Kanada 2008
- 18:15 **Nigdy nie mów nigdy** ★★ – kom. obycz., Pol. 2009
- 20:00 **Już mnie nie kochaj** ★★ – dramat obycz., Fr. 2008
- 21:25 **Ip Man** ★★ – dramat sensacyjny, Hongkong 2008
- 23:15 **Fame: Sława** ★★ – film muzyczny, USA 2009
- 1:00 **Roman Polański: Ścigany i pożądany** – film dokum., Wielka Brytania/USA 2008

HBO 2

- 7:25 **Światła sceny: Chwytaj szansę** ★★ – film muzyczny, USA/Kanada 2008
- 9:00 **Uwięziony** (4-6-ost.)
- 11:30 **W czasie burzy** ★★ – film biograficzny, USA/Wielka Brytania 2009
- 13:05 **The Dukes** ★★ – komedia, USA 2007
- 14:40 **Moi przyjaciele, moje miłości** ★ – komedia romant., Francja 2008
- 16:15 **Miłość, to boli** ★★ – komedia, USA 2009
- 17:50 **Rachel wychodzi za mąż** ★★ – dramat obycz., USA 2008
- 19:40 **Rok pod psem** ★★ – komedia, USA 2009
- 21:00 **Trzy na jednego 4** (8)
- 22:00 **Czysta krew 2** (11, 12)
- 23:50 **Anioły i demony** ★★★ – thriller, USA 2009

TCM

- 8:10 **Operacja „Kusza"** ★★ – dramat sensacyjny, Wielka Brytania 1965
- 10:15 **Kadeci** ★ – musical, USA 1952, reż. Roy Del Ruth
- 11:55 **Sukces na Broadwayu** ★★ – komedia, USA 1953
- 13:20 **Schwytać szpiega** ★★ – kom. przygodowa, USA 1964
- 15:00 **2001: Odyseja kosmiczna** ★★★ – film s.f., W. Bryt./USA 1968
- 17:30 **Na sali kinowej: Efekty specjalne** – film dok.
- 18:00 **TCM Shorts: Ania Dąbrowska** – wywiad
- 18:30 **Masz wiadomość** ★★ – komedia romantyczna, USA 1998
- 20:40 **TCM Shorts: Andrzej Wajda** (2) – wywiad
- 21:00 **Chłopcy z ferajny** ★★★ – film sensacyjny, USA 1990
- 23:35 **Shaft** ★★ – film sensacyjny, USA 1971, wyk. Moses Gunn
- 1:25 **Na sali kinowej: Secret Cinema** – film dok., USA

TV 1000

- 6:00 **Good Night and Good Luck** ★★★ – dramat polityczny, USA 2005
- 8:00 **Odnaleźć przeznaczenie** ★★ – dramat obycz., USA 2003
- 10:00 **Nazywał się Bagger Vance** ★★ – obycz., USA 2000
- 12:00 **Polowanie na króliki** ★★★ – dramat obyczajowy, Australia 2002
- 14:00 **Grace odeszła** ★★ – dramat obyczajowy, USA 2007
- 16:00 **Wieczna miłość** ★★★ – dramat biograf., USA/W. Bryt. 1994
- 18:00 **Marzyciele** ★★★ – dramat obycz., Wł./Fr./W. Bryt. 2003
- 20:00 **Odmienne stany moralności** ★★ – dramat kryminalny, USA 2003
- 22:00 **Monster** ★★★ – dramat obycz., USA/Niem. 2003
- 0:00 **Always Forever** ★ – film erotyczny, USA 2008
- 2:00 **Getting Tuned** ★ – film erotyczny, USA 2009

CINEMAX

- 8:00 **Amreeka** ★★ – dramat obycz., USA/Kan. 2009
- 9:35 **Zrób mi przyjemność** ★★ – komedia, Francja 2009
- 11:00 **Rozpaczliwie poszukując Susan** ★★ – kom., USA 1985
- 12:45 **Szczęśliwe dni** ★★ – dramat obyczajowy, USA 1971
- 14:15 **Wielki napad na pociąg** ★★ – film sens., W. Bryt. 1979
- 16:05 **Patch Adams** ★★ – komediodramat, USA 1998
- 18:00 **Gloria** ★★★ – thriller, USA 1980
- 20:00 EKRANY ŚWIATA. PREMIERA: **Listy do Jenny** ★★ – dramat obyczajowy, Argentyna/Hiszpania/Izrael 2007
- 21:35 **Max Manus** ★★ – dramat wojenny, Norwegia/Dania/Niemcy 2008
- 23:30 **Wendy i Lucy** ★★ – dramat obyczajowy, USA 2008
- 0:50 **Mamusia i tatuś** ★★ – horror, Wielka Brytania 2008

CINEMAX 2

- 7:40 **Człowiek, który pokochał Yngvego** ★★ – dramat obyczajowy, Norwegia 2008
- 9:20 **Żegnaj, Solo** ★★ – dramat obyczajowy, USA 2008
- 10:50 **Skóra** ★★ – dramat biograf., Wielka Brytania 2008
- 12:35 **Rozdział drugi** ★★ – komediodramat, USA 1979
- 14:35 **Siedem stołów bilardowych** ★★ – dramat obyczajowy, Hiszpania 2007
- 16:30 **To, czego potrzeba do życia** ★★★ – dramat obyczajowy, Kanada 2008
- 18:10 **Zemsta szeryfa** ★★ – western, USA 1968
- 20:00 **Lol** ★★ – komedia, Francja 2008
- 21:50 **Noc na Ziemi** ★★★ – komediodramat, Francja/Wielka Brytania/Niemcy/USA/Japonia 1991
- 0:00 **Ostatnia kołysanka** ★★ – thriller, USA 2008

HBO COMEDY

- 10:00 **Niezła parka** ★★ – komedia, Francja 2008
- 11:40 **Moja dziewczyna wychodzi za mąż** ★★ – komedia, USA 2008
- 13:20 **Scooby-Doo! Strachy i patałachy** ★★ – komedia, USA/Kanada 2009
- 14:40 **Różowe lata siedemdziesiąte 6** (20-24)
- 16:25 **Niezła parka** ★★ – komedia, Francja 2008
- 18:00 **Bernard** – serial anim., Hiszpania 2006
- 18:30 **Moja dziewczyna wychodzi za mąż** ★★ – komedia, USA 2008
- 20:10 **Narzeczony mimo woli** ★★ – kom. romant., USA 2009
- 22:00 **HBO Stand Up Comedy Club** (1) – pr. rozr., Pol.
- 22:30 **Mogło być gorzej** (1)
- 23:00 **Pohamuj entuzjazm 7** (6)
- 23:35 **Przeboje i podboje** ★★★ – kom. romant., USA/W. Bryt. 2000

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

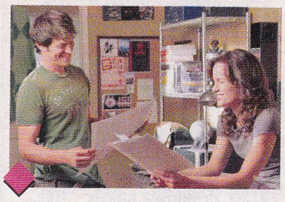
Program: △ – za zgodą rodziców ▢ – dla dorosłych ✗ – niekodowany

AXN



6:00 **Doktor Who** (3) – serial s.f., W. Bryt./Kan. 2005
7:00 **Zdarzyło się jutro** (21) – serial sens., USA 1997
8:00 **Joan z Arkadii 2** (4) – serial obyczajowy, USA 2004-2005
9:00 **Gwiezdne wrota: Atlantyda 5** (9, 10) – serial s.f., USA/Kan. 2008
11:00 **Gwiezdne wrota 8** (4) – serial s.f., USA/Kanada 2004
12:00 **Doktor Who** (12) – serial s.f., Wielka Brytania/Kanada 2005
13:00 **Agenci NCIS** (21) – serial sensacyjny, USA 2004
14:00 **Joan z Arkadii 2** (5) – serial obyczajowy, USA 2004-2005
15:00 **Zdarzyło się jutro** (21) – serial sens., USA 1997
16:00 **Wzór 4** (18) – serial kryminalny, USA 2008
17:00 **Dr House 3** (21, 22) – serial obyczajowy, USA 2006
19:00 **Agenci NCIS** (21) – serial sensacyjny, USA 2004
20:00 **Rush 2** (17) – serial sensacyjny, Australia 2009
21:00 **FlashForward: Przebłysk Jutra** (18) – serial s.f., USA 2009
22:00 **Tożsamość szpiega** (8) – serial kryminalny, USA 2007
23:00 **Bliżej** – dramat obyczajowy, USA 2004, wyk. Natalie Portman ★★★
1:05 **Paco i jego ludzie 5** (15) – serial kom., Hiszp. 2009
2:35 **Rush 2** (17) – serial sensacyjny, Australia 2009
3:25 **Dr House 3** (21, 22)

FOX LIFE



6:15 **Powrót na October Road 2** (9, 10) – serial obyczajowy, 2008
8:00 **Czarodziejki** (8-10) – serial fantasy, USA 1998
11:00 **Zaklinacz dusz 5** (7) – serial fantasy, USA 2009
12:00 **America's Next Top Model 8** (12) – reality show, USA 2003
12:55 **Prywatna praktyka 2** (13, 14) – serial obyczajowy, USA 2008
14:35 **Zaklinacz dusz 5** (8, 9) – serial fantasy, USA 2009, wyk. Jennifer Love Hewitt
16:25 **Myślisz, że umiesz tańczyć? 5** (21, 22) – reality show, USA 2009
19:10 **Poślubione armii 4** (8) – serial obyczajowy, USA 2007, wyk. Wendy Davis, Catherine Bell
20:05 **Lista ex** (12) – serial komediowy, USA 2008
21:00 **Magia kłamstwa** (9) – serial kryminalny, USA 2009, wyk. Tim Roth, Kelli Williams
22:00 **Gotowe na wszystko 7** (1) – serial obyczajowy, USA 2010
22:55 **Grey's Anatomy: Chirurdzy 6** (6, 7) – serial obyczajowy, USA 2009
0:45 **Ocalić Grace 3** (8) – serial obyczajowy, USA 2007
1:45 **Słowo na L 4** (6) – serial obyczajowy, Kanada/USA 2009, wyk. Jennifer Beals
2:35 **Powrót na October Road 2** (11) – serial obyczajowy, 2008
3:20 **Zakończenie**

COMEDY CENTRAL



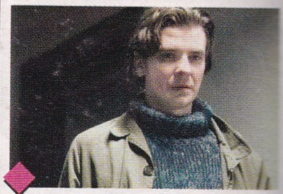
6:00 **Ukryta kamera 5** (22, 24)
6:50 **On, ona i dzieciaki 4** (26-28) – serial komediowy, USA 2003-2004
8:05 **8 prostych zasad 2** (11, 12) – serial komediowy, USA 2002
9:00 **Dwóch i pół** (2, 3) – serial komediowy, USA 2003
10:15 **8 prostych zasad 2** (15, 16) – serial komediowy, USA 2002
11:05 **Dwóch i pół** (5, 6) – serial komediowy, USA 2003
11:55 **Kasia i Tomek 4** (32) – serial komediowy, Polska 2002-2003
12:20 **Kasia i Tomek 2** (1) – serial komediowy, 2003
12:45 **Zmiennicy** (2) – serial komediowy, Polska 1986
14:00 **Kasia i Tomek 4** (32) – serial komediowy, Polska 2002-2003
14:25 **Kasia i Tomek 2** (1) – serial komediowy, 2003
15:40 **Życie biurowe** – komedia, USA 1999 ★★
17:45 **Kasia i Tomek 2** (2, 3) – serial kom., 2003
18:35 **Dharma i Greg 4** (11, 12) – kom., USA 2000-2001
19:20 **Zmiennicy** (3) – serial komediowy, Pol. 1986
20:35 **Za chwilę dalszy ciąg programu** (18) – pr. rozrywkowy, Polska 1989
21:20 **Spadkobiercy** (10) – serial komediowy, Pol. 2009
22:00 **Comedy Central Prezentuje** (4) – program rozrywkowy, Polska 2010
22:25 **Włatcy móch** – anim., Pol.
23:20 **Mów mi Fitz** (3, 4) – serial komediowy, Kanada
0:10 **Nagi patrol 3** (10, 11)

UNIVERSAL CH.



7:30 **Sprawa dla Frosta** – serial kryminalny, Wielka Brytania 1999-2000
9:10 **Bez pardonu 2** (16, 17) – serial kryminalny, USA 2002
11:10 **Prawdziwe powołanie** (19, 20-ost.) – serial s.f., USA 2003-2004
13:10 **Przebudzona** – thriller, USA/Kanada 2007, reż. Penelope Buitenhuis, wyk. Missy Peregrym, Scott Wickware ★★
15:00 **Świry** (9, 10) – serial kryminalny, USA 2006
17:00 **Detektyw Monk 4** (15, 16) – serial kryminalny, USA 2005-2006, wyk. Tony Shalhoub
19:00 **Bananowy doktor** (8) – serial obyczajowy, USA 2009, wyk. Mark Feuerstein
20:00 **Trzy rzeki** (8) – serial obycz., USA 2009-2010, wyk. Alex O'Loughlin
21:00 **Blues Brothers** – komedia sensacyjna, USA 1980, reż. John Landis, wyk. John Belushi, Dan Aykroyd ★★★
Chicago. Bracia Jake i Elwood chcą ratować przed bankructwem sierociniec, w którym się wychowywali. Muszą zdobyć pieniądze. Postanawiają reaktywować swoją dawną grupę Blues Brothers Band i dać wielki koncert.
23:30 **Dexter 4** (12) – serial kryminalny, USA 2009
0:30 **Californication 3** (12) – serial komediowy, USA 2009
1:20 **Imprezowo** (2, 3) – serial obyczajowy, USA 2008
3:20 **Zakończenie**

POLSAT 2



6:00 **Wydarzenia**
6:30 **Oblicza Ameryki** (513) – magazyn turystyczny
7:00 **Ewa gotuje** – magazyn kulinarny, Polska 2010
7:30 **Program sportowy**
9:30 △ **Samo życie** (1524-1528) – serial obyczajowy, Polska 2010
12:00 △ **Kabareton na Topie** (2) – pr. rozr., Pol. 2010
12:45 **O Rety! Kabarety!** (8) – pr. rozr., Pol. 2006
13:20 △ **Mamuśki** (3, 4) – serial komediowy, Pol. 2007
14:15 **Daleko od noszy 2** (23) – serial kom., Pol. 2010
14:45 △ **Synowie, czyli po moim trupie!** (24) – serial komediowy, Pol. 2009
15:15 **Dzień kangura** – pr. rozr.
16:15 △ **Hotel 52** (17) – serial obyczajowy, Polska 2010
17:15 △ **Dlaczego ja?** (59, 60) – serial fab.-dokum., Polska
18:50 △ **Kabareton na Topie** (2) – pr. rozr., Pol. 2010
20:00 **Wydarzenia**
20:45 △ **Przeznaczenie** (4) – serial kryminalny, Polska 2008-2009
21:40 △ **Hotel 52** (17) – serial obyczajowy, Polska 2010
22:30 **Dzień kangura** – pr. rozr.
23:30 **Debata** – pr. publicyst.
0:30 **Program sportowy**
2:30 **Wydarzenia**
3:00 △ **Hotel 52** (17) – serial obyczajowy, Polska 2010
3:45 △ **Synowie, czyli po moim trupie!** (24) – serial komediowy, Pol. 2009
4:15 △ **Zabić z miłości** (7) – serial dok., Pol. 2010
4:45 **Oblicza Ameryki** (513) – magazyn turystyczny

AXN CRIME

6:00 Blok promocyjny AXN Crime **11:00** Petrocelli 2 (15, 16)
13:00 Duval i Moretti (20) **14:00** Detektyw w sutannie (43) **15:00** Komisarz Rex (1) **16:45** Petrocelli 2 (15, 16) **18:50** Na wariackich papierach 3 (3) **19:50** Duval i Moretti (20)
20:50 Wzór 5 (15, 16) **22:50** Taggart 5 (6) **0:20** Na wariackich papierach 3 (3) **1:20** Deadwood 3 (3, 4)

POLSAT FILM

5:15 Zza kamery... **11:00** Belfegor – upiór Luwru – horror, Fr. 2001
13:00 Ghoulies 2 – horror, USA 1987 **14:45** Kosmita – kom., Fr. 2000 **16:35** Miecz Aleksandra – film sens., USA 1993 **18:50** Brat ukochanego – dram., Australia 2004
21:00 Bliskie spotkania trzeciego stopnia – film s.f., USA 1977 **23:40** Królowie Dogtown – dramat sens., Niemcy/USA 2005

MOVIES 24

14:20 Perry Mason: Mistrzowski morderca – kryminał, USA 1989 **16:10** W imię sprawiedliwości – dram. obycz., USA 2000 **18:00** Helen West. Czyste sumienie – dram. krym., W. Bryt. 2002
20:00 Zaślubiny – kom., USA, reż. Nisha Ganatra **22:00** Miłość Grace **0:00** Pasje i namiętności – film erot., USA 2004 **2:00** Witamy ponownie – kom. romant., USA 2006

ZONE ROMANTICA

6:00 Ojciec Coraje (113-117) **11:00** W zastępstwie taty – dramat obyczajowy, USA 1999
13:00 Kobiety (19) **14:00** Droga do Indii (126-130) **19:00** Kobiety (19)
20:00 W zastępstwie taty – dramat obyczajowy, USA 1999 **22:00** Prosto z serca – film obyczajowy, USA/Niemcy 2003 **0:00** Cztery małżeństwa i życie (43, 44) **1:50** Klon (237-242)

POLONIA 1

6:55 Sol de batey (6) **8:00** Top Shop
14:00 Tajniak i agentka (20) **14:50** Gorąca czekolada – kom., Fr./Belgia/USA 1992 **16:50** Strumień namiętności (87, 88) **18:40** Disco Bandżo Bis **19:45** W Królestwie Kalendarza
20:10 Ojcowie nasi – dram. obycz., USA 2005 **22:45** Erotyczna giełda **23:00** Porno filmy **23:20** Mocna ekstaza **23:30** Sex TV

AXN SCI-FI

9:00 Kto chce być superbohaterem 2 (7, 8) **11:00** Teleshop
13:00 Gwiezdne wrota 9 (2) **14:00** 4400 4 (10) **15:00** Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (6, 7) **17:00** Kto chce być superbohaterem 2 (7, 8) **19:00** Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (6, 7)
21:00 Terminator: Kroniki Sary Connor 2 (10, 11) **23:00** Mroczny anioł 2 (21)

N FILM HD

15:35 Hollywood Buzz **16:05** Lara Croft: Tomb Raider – film przyg., W. Bryt./Niem./USA/Japonia 2001 **17:45** Bilet do kina **18:05** Co się zdarzyło w Seattle – film sens., Niemcy/USA/Kanada 2007
19:45 Skok w dorosłość – komedia obyczajowa, USA 1988 **21:45** Piątek 13-go – horror, USA 2009 **23:20** Night Of The White Pants – komedia, USA 2006

MGM HD

13:00 Eryk wiking – komedia przyg., W. Bryt./Szwecja 1989 **14:35** Drzwi w podłodze – dram. obycz., USA 2004 **16:25** Skrzypek na dachu – musical, USA 1971 **19:20** Diablica – komedia, USA 1989
21:00 Barbershop 2: Z powrotem w interesie – kom., USA 2004 **22:45** Niebezpieczna kobieta – dram. obycz., USA 1993 **0:25** Śmiertelnie mroźna zima – thriller, USA 1987

ZONE CLUB

16:00 10 lat mniej 2 (17) **16:30** Aleja mody (4) **17:00** Perfekcyjna pani domu 2 (7) **18:00** Na straży dobrego stylu (25) **18:30** Poślubiłem księżniczkę (9) **19:00** Colin i Justin: skok na dom (18)
20:00 Wiek miłości (8) **21:00** Oświadczyny (7) **21:30** Swatka (20) **22:00** Mąż dla księżniczki (4) **23:00** Klub niegrzecznych dziewczynek (18)

ZONE REALITY

10:00 Mała Charlotte **11:00** Rezydenci **12:00** Eko-patrol
13:00 Cud narodzin **13:30** Na przekór wszystkiemu **14:00** Oddział ratunkowy **15:00** Dar życia **16:00** Port lotniczy **17:00** Mała Charlotte **18:00** Rezydenci **19:00** Ratownicy medyczni
20:00 Wygrać z losem **21:00** Niezwykłe opowieści medyczne **23:00** Opowieści z dreszczykiem

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: △ – za zgodą rodziców ☐ – dla dorosłych ✗ – niekodowany

POLSAT CAFE

6:45 **Telemarket**
7:00 **15 największych tragedii w Hollywood** (1/2)
8:00 **W obiektywie Justyny Steczkowskiej** – program rozrywkowy
8:30 **Fabryka urody** (6) – mag.
9:00 **Kobieta Cafe** (30)
10:00 **Alesha – dziewczyna z okładki** – film dokum., Wielka Brytania 2008
11:10 **Za kulisami Hollywood**
12:10 **Dobrzy, źli i występni** (8)
12:40 **Miłość jakich mało** (5)
13:10 **Się kręci** – pr. rozrywk.
13:40 **Z tyłu sceny** – pr. rozr.
14:10 **Co w parze piszczy?** (8)
15:10 **Supermodele** (8)
16:05 **Donnavventura** (8)
17:30 **Szkoła wdzięku**
18:30 **Sexy mama** (4) – mag.
19:00 **Grunt to rodzinka**
20:00 **Dziś 13, jutro 30**
★★ – komedia, USA 2004
22:00 **Tudorowie** (8)
23:05 **Gwiazdy na dywaniku**
23:35 **Aleja sław** – mag.
0:05 **Z tyłu sceny** – pr. rozr.
0:35 **Gwiazdy na odwyku**
1:35 **Dobrenocki** – magazyn

POLSAT PLAY

12:55 **Najseksowniejsze, najseksowniejsi** (1)
13:55 **Gadżety** – mag.
14:25 **Wynalazcy 2** – mag.
14:55 **Starsky i Hutch** (6)
15:50 **Aniołki Charliego** (1)
17:20 **Jak to działa** – pr. eduk.
17:30 **NIEnaŻarty** – mag. kulin.
18:00 **Samo się nie zrobi** (10)
18:30 **Ochroniarze** (10)
19:00 **Pięściarze** (10)
19:30 **Akademia wojskowa** (5)
20:05 **Na rauszu przez świat** (10) – serial dokum.
20:35 **Zwariowane wyprawy** (10) – serial dokum.
21:05 **Śmierć na 1000 sposobów** (10) – dokum.
21:35 **Skazany za...** (24)
22:05 **Druga wojna światowa w kolorze** (10)
23:15 **KamaSutra** (4) – pr. rozr.

DOMO

18:05 Światowy design w Polsce (7) **18:15** Agent w wielkim mieście (13) **18:40** Design – istota rzeczy (7) **19:05** Dotyk luksusu 2 (6) **19:35** Projekt: Otwarcie (6)
20:00 Czas opuścić gniazdo (3) **20:55** Amerykanin na wyspach (4, 5) **21:50** Światowy design w Polsce (7) **22:00** Luksus na zielono 2 (7) **22:30** Nowoczesny transport (1) **23:25** Dach nad gwiazdami (2)

KUCHNIA TV

17:15 Feasty Boys pożerają Amerykę (3) **17:40** Apetyczna panna Dahl (6) **18:10** Niecodzienne rarytasy 3 (14) **18:55** Smaki świata **19:25** Ugotowani, czyli bitwa na noże i widelce (8) **19:55** ImprezuJemy (6)
20:10 Anthony Bourdain: Bez rezerwacji 5 (20) **21:00** Ekonomia gastronomii (3) **22:00** Hit: Makaronowy szlak (3) **23:00** Premiera: Kalifornia w butelce

TVN STYLE

9:00 **SOS Uroda 6** – magazyn
9:30 **Magiel towarzyski 8**
10:15 **66 niezapomnianych filmów** – magazyn
10:45 **Wiem, co jem** – magazyn
11:15 **Po mojemu – Wojciech Cejrowski 3** – pr. rozr.
11:45 **Socjeta 2** – pr. rozrywk.
12:00 **Lekcja stylu 8** – magazyn
12:30 **Świat według dziecka 5**
13:00 **Rewolucja na talerzu 2**
13:30 **Ratuj dom, kto może**
14:00 **Zawody** – pr. rozrywkowy
14:30 **Druga strona medalu 3**
15:00 **Ja albo mój pies 6** – mag.
16:00 **Trinny & Susannah ubierają Belgię** – dok.
17:15 **W kinie i na kanapie 3**
17:30 **Magiel towarzyski 8**
18:15 **66 niezapomnianych filmów** – magazyn
18:45 **Czytam, bo lubię 3**
19:00 **Programy dla dzieci**
20:00 **Kobieta na zakręcie 5**
20:30 **Pogromczyni długów**
21:00 **Biografie**
22:00 **Po mojemu – Wojciech Cejrowski 3** – pr. rozr.
22:30 **Metamorfozy Goka**
23:35 **Czas na biżuterię**

BBC ENTERTAINMENT

6:00 **Najsłabsze ogniwo**
6:55 **Sprawy inspektora Lynleya** (7, 8) – krym.
8:50 **Jonathan Creek** (3, 3)
11:00 **Top Gear 13** (4) – mag.
12:00 **Najsłabsze ogniwo**
14:55 **Sprawy inspektora Lynleya** (7, 8) – krym.
16:55 **Top Gear 13** (4) – mag.
18:00 **Siły pierwotne** (9)
19:00 **Doktor Who** (7, 8)
20:55 **Doktor Who: Ściśle tajne 5** (8) – serial dokum.
21:10 **Allo, Allo** (1, 2) – serial komediowy
22:20 **Stan wyjątkowy** (3, 4)
0:25 **Top Gear 13** (4) – mag.
1:25 **Allo, Allo** (1, 2)
2:25 **Stan wyjątkowy** (3, 4)
4:10 **Doktor Who** (7, 8)
5:45 **Doktor Who: Ściśle tajne 5** (7) – serial dokum.

BBC KNOWLEDGE

9:55 Geniusz Darwina (2) **11:00** Nauka i zbrodnia (4) **12:05** Top Gear 10 (4-6)
15:10 Nauka i zbrodnia (4) **16:15** Geniusz Darwina (2) **17:20** Największe miasta świata (3) **18:20** Historia chrześcijaństwa (6) **19:25** Top Gear 10 (4, 5)
21:25 W strefie wojny (7) **22:25** Historia chrześcijaństwa (6) **23:30** Nauka i zbrodnia (4)

BBC LIFESTYLE

9:10 Gwiazda stylu (4-6) **11:50** Zapraszam do stołu (15) **12:55** James Martin gotuje (20, 1)
14:00 Zapraszam do stołu (16) **15:00** Zakochany Szekspir **17:10** Coleen i prawdziwe kobiety (5) **18:05** 10 lat mniej (20) **18:35** Zapraszam do stołu (15, 16)
20:35 Gwiazda stylu (4, 5) **22:30** Dziennik Bridget Jones **0:15** Coleen i prawdziwe kobiety (5)

PLANETE

5:45 **Prawdziwy świat Petera Gabriela** – film dok.
6:40 **Do bólu** – film dok., Pol.
7:10 **Sudan: podróż w czasie** (2) – serial dok., Pol.
7:55 **Pancernik Roma. Ostatni rejs** – film dok., Wł. 2006
8:55 **Pies w akcji 3** (8)
9:25 **Ushuaia, czyli wszystko w naturze** (4)
11:15 **Podwórkowe mądrości** (12, 10) – serial dok.
12:25 **Moje dziecko nie mówi**
13:25 **Zgiełk i furia** – film dok.
15:10 **Mała planeta, wielkie pomysły** (7, 8) – dok.
16:15 **Walka o wodę** – film dok.
17:05 **Czarna muzyka** (1, 2-ost.)
19:05 **Zaklinacz chmur**
20:10 **Las nie obroni się sam**
20:45 **Niezależni** – film dok.
21:45 **Niepokorni** – film dok.
22:40 **Bliźniacza więź**
0:20 **Munch. Zdewastowane arcydzieła** – film dok.
1:15 **Katownia Czerwonych Khmerów** – film dok., Fr.
2:20 **Polowanie na dyktatora**
3:20 **Listy zza krat** – film dok.
4:15 **Zakończenie**

ANIMAL PLANET

6:00 **Dzikie zakątki Europy**
7:00 **Dziwaczne stworzenia**
8:00 **Życie w niebezpieczeństwie**
9:00 **Żyjąc wśród tygrysów**
11:00 **W kryjówce krokodyla**
12:00 **Fanatycy zwierząt**
13:00 **W paszczy rekina**
14:00 **Dziwaczne stworzenia**
15:00 **Życie w niebezpieczeństwie**
16:00 **Dzikie zakątki Europy**
17:00 **Wielkie przygody Marka O'Shea**
18:00 **Szkoła dla goryli**
19:00 **Wyspa orangutanów**
20:00 **Wielkie morskie przygody**
21:00 **Dziwaczne stworzenia**
22:00 **Po ataku**
23:00 **Policja dla zwierząt w Houston**
0:00 **Dzikie zakątki Europy**

TLC

6:00 Mała piękność (8) **7:00** Wielkie projekty (1) **8:00** LA Ink **9:00** Medyczne zagadki **10:00** Ciąża z zaskoczenia (3, 4) **11:00** Przeżyć atak! **12:00** Jak się nie ubierać?
13:00 Salon sukien ślubnych – Twarzą w twarz z matką **13:30** Premiera: Szkoła dla stewardów i stewardes (3) **14:00** Wielkie projekty (19) **15:00** Moda ubiera się u Kell (8) **16:00** Cukiernicy na start – Ku czci bohaterów **17:00** Jo Frost: poskromić dzieciaka (2) **18:00** Mała piękność (8) **19:00** LA Ink
20:00 Chirurgia otyłości – Kompleks Gartha **21:00** Premiera: Urodzeni feralnego dnia **22:00** Wstydliwe choroby – wydanie specjalne (1) **23:00** Opętani seksem **0:00** Wstydliwa prawda **1:00** Operacje plastyczne **2:00** Chirurgia otyłości **3:00** Urodzeni feralnego dnia **3:50** Wstydliwe choroby – wydanie specjalne (1)

DISCOVERY CH.

6:00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki**
7:00 **Pokonać żywioły** – Ogień
8:00 **Szkoła przetrwania**
9:00 **Amerykański chopper**
10:00 PREMIERA: **Piąty bieg** (1, 2)
11:00 **Na pełnym gazie** – BMW
12:00 **Fani czterech kółek**
13:00 **Maszyny od środka**
14:00 **Maszyny do zadań specjalnych**
15:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów** (18)
16:00 **Szkoła przetrwania**
17:00 **Przeżyć w dziczy** (4)
18:00 **Pokaż, co potrafisz** (4, 5)
19:00 **Szalone pojazdy bliźniaków**
20:00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
21:00 **Bear Grylls w miejskiej dżungli**
22:00 **Chwile grozy** (13)
23:00 **Sekundy grozy** (5, 6)
0:00 **Wybuch kontrolowany**
1:00 **Demolka!**
2:00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
3:00 **Bear Grylls w miejskiej dżungli** (7, 8)

DISCOVERY WORLD

6:00 **Historia oręża** – Zbroja
7:00 **Detektywi na polu bitwy**
8:00 **Inżynieria ekstremalna**
9:00 **Zatopione skarby**
10:00 **Archeolog detektyw**
11:00 **Broń przyszłości**
12:00 **Człowiek, który przetrwa wszystko**
13:00 **Inżynieria ekstremalna**
14:00 **Wyprawa na dno oceanu**
15:00 **Tajemnica jeziora Toplitz**
16:00 PREMIERA: **Największe bitwy pancerne**
17:00 **Wyprawa w nieznane**
18:00 **Tragedia lotu 175**
19:00 **Kulisy tragedii**
20:00 **O krok od śmierci**
21:00 **Telefon alarmowy**
21:30 **Telefon alarmowy**
22:00 **Zbrodnie, które wstrząsnęły światem**
23:00 **Okrutni ludzie**

DISCOVERY SCIENCE

6:00 Spojrzenie w przyszłość (5) **7:00** O co tu chodzi? – serial popularnonaukowy **8:00** Szalona strona nauki **8:30** Jak to jest zrobione? **9:00** Tajemnice superprodukcji filmowych **10:00** Gadget Show (22, 23) **11:00** Jak to jest zrobione? **12:00** Przemysłowy zawrót głowy **12:30** Fantastyka w laboratorium
13:00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (9, 10) **14:00** Świat wynalazków **15:00** Cuda stworzone przez człowieka – Chiny **16:00** Przemysłowy zawrót głowy **17:00** Gadget Show (50, 51) **18:00** Sci-Trek **19:00** Jak to jest zrobione?
20:00 Jak działa wszechświat? **21:00** Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem **22:00** Superludzie **0:00** Tsunami – opowieści o przetrwaniu **1:00** Jak działa wszechświat? **2:00** Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem

NATIONAL GEOGR.

6:00 **Wielkie migracje**
8:00 **Niegrzeczne lwy**
9:00 **Amazońskie szpony**
10:00 **Zjawiska paranormalne**
11:00 **Apokalipsa: II wojna światowa**
12:00 **Zaklinacz psów**
14:00 **Dolina wilków**
15:00 **Kryminalne zagadki ze świata zwierząt**
16:00 **Dziesięć plag egipskich** – Ostatnie klęski
17:00 **Wielkie migracje** – Wyścig o życie; Rytm życia; Za kulisami
20:00 **Tuż przed tragedią** – Tornado; Zamach bombowy na Bali
21:00 PREMIERA: **Wielkie migracje** – Uczta albo głód
22:00 **Abdykacja grizzly**
23:00 **Czysta nauka** – Prehistoryczna Alaska (s. 40)
0:00 **Wielkie migracje**
1:00 **Abdykacja grizzly**
2:00 **Czysta nauka**
3:00 **Wielkie migracje**
4:00 **Abdykacja grizzly**

NATIONAL GEOGR. WILD

6:00 Na ratunek zwierzętom (9) **7:00** Pogotowie ratunkowe dla zwierząt (12) **8:00** Afryka: Na straży dzikiej przyrody – Zaginiony świat Gabonu **9:00** Groźne żywioły – Burza doskonała **10:00** Noc lwa **11:00** Krokodyle z Katumy **12:00** Krokodylowe gangi
13:00 Badacze rekinów – Strefa śmierci; Okrutne morze; Samotny żarłacz biały; Polowanie na samca; Morski drapieżnik **18:00** Co zjadł mój pies? – Majtki, smoczki i 800 dolarów **19:00** Polowanie na myśliwego – Atak na odludziu
20:00 Klan surykatek **21:00** Ludzie z bagien – Ucieczka krokodyla **22:00** W krainie jaguara (3) **23:00** Groźne żywioły – Burza doskonała **0:00** Ludzie z bagien **1:00** W krainie jaguara (3)

TRAVEL CHANNEL

8:30 **Narciarski świat**
9:00 **Surfingowe safari**
9:30 **Esencja podróży**
10:00 **Najwspanialsze trasy motocyklowe na świecie**
11:00 **Obieżyświat**
12:00 **Rejs na „Spirit of Adventure"**
13:00 **Esencja podróży**
13:30 **Hollywood i wina**
14:00 **Luksusowe podróże Varuna Sharmy** – Chicago
15:00 **Obieżyświat**
16:00 **Sophie Grigson na arabskim targowisku**
17:00 **Kuchnie Azji**
18:00 **Kuchnie świata**
19:00 **Niebieski kontynent**
20:00 **Podróże po świecie**
20:30 **Esencja podróży**
21:00 **Podróże dookoła świata**
22:00 **Obieżyświat**
23:00 **Najwspanialsze trasy motocyklowe na świecie**
0:00 **Niebieski kontynent**

Kropka

ND
PO
WT
ŚR
CZ

CANAL+ SPORT

7:00 Piłka nożna – Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – Lech Poznań
9:30 Piłka nożna – Liga+
11:00 Piłka nożna – Premiership+
11:45 Piłka nożna – Ligue1+
12:25 Piłka nożna – Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – FC Parma *live*
14:30 Piłka nożna – Ekstraklasa – mecz: Polonia Warszawa – Wisła Kraków *live*
16:55 Piłka nożna – Liga angielska – mecz: Tottenham Hotspur – FC Liverpool *live*
19:00 Piłka nożna – Liga+ Extra *live*
20:55 Piłka nożna – Liga francuska – mecz: Olympique Lyon – Paris Saint-Germain *live*
23:00 Sport+
0:15 Koszykówka mężczyzn – NBA: New Orleans Hornets – San Antonio Spurs
2:50 Moto+ – mag. sportowy
3:20 Za ciosem – magazyn
4:30 Piłka nożna – Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – Lech Poznań

ORANGE SPORT

11:30 Real NBA – magazyn
12:00 Koszykówka mężczyzn – Zjednoczona Liga VTB
13:45 Eric Cantona: W poszukiwaniu Manchesteru
14:30 Piłka nożna – Ekstraklasa – mecz: Widzew Łódź – Górnik Zabrze
16:45 Piłka nożna – Ekstraklasa – mecz: Ruch Chorzów – Jagiellonia Białystok *live*
19:15 Ekstraklasa raport
20:30 Koszykówka mężczyzn – Zjednoczona Liga VTB: Dnipro Dnipropietrowsk – UNICS Kazań
22:30 Piłka nożna – Ekstraklasa – mecz: Polonia Warszawa – Wisła Kraków
0:30 Piłka nożna – Ekstraklasa – mecz: Arka Gdynia – Śląsk Wrocław

N SPORT

9:05 Piłka nożna – Liga Mistrzów
10:05 Legia – stawka większa niż mecz – serial dokum.
10:30 Magazyn Ligi Mistrzów
11:05 Mój sport, moje życie
12:05 Piłka nożna – Liga Mistrzów
14:05 Magazyn Ligi Mistrzów
14:30 Zagraj to jeszcze raz
15:05 Gwiżdżę na to – mag.
15:30 Legia – stawka większa niż mecz – serial dokum.
16:05 Piłka nożna – Liga Mistrzów
18:00 Serwis – pr. informacyjny
18:30 Magazyn Ligi Mistrzów
19:05 Sylwetka – cykl reportaży
19:30 Zagraj to jeszcze raz
20:00 Serwis
20:30 Legia – stawka większa niż mecz – serial dokum.
21:00 Nasza piłka
22:05 Piłka nożna – Liga Mistrzów
23:05 Zagraj to jeszcze raz
23:30 Gwiżdżę na to – mag.
0:00 Nasza piłka – magazyn
1:00 Zakończenie

POLSAT SPORT

9:00 Boks – waga lekka: Michael Katsidis – Juan Manuel Marquez; walka o mistrzowski pas federacji WBC – waga półśrednia: Andre Berto – Freddy Hernandez
11:00 Cafe Futbol – mag. *live*
12:30 Boks – walka o mistrzowski pas federacji WBC – waga superśrednia: Carl Froch – Arthur Abraham
14:30 Siatkówka mężczyzn – PlusLiga – mecz: Delecta – ZAKSA *live*
17:00 Kulisy sportu – wywiady Romana Kołtonia
17:30 Piłka ręczna kobiet – mecz: Polska – Turcja *live*
19:30 Boks – walka o mistrzowski pas federacji WBC – waga superśrednia: Carl Froch – Arthur Abraham
21:30 Boks – walka o mistrzowskie pasy federacji WBA i WBO – waga lekka: Michael Katsidis – Juan Manuel Marquez; walka o mistrzowski pas federacji WBC – waga półśrednia: Andre Berto – Freddy Hernandez

POLSAT FUTBOL

7:00 Piłka nożna – Liga angielska: FC Fulham Londyn – Manchester City
9:00 Piłka nożna – Liga ukraińska
10:30 Piłka nożna – Liga holenderska – mecz: NAC Breda – PSV Eindhoven
12:30 Piłka nożna – Liga holenderska – mecz: NEC Nijmegen – Twente Enschede
14:30 Piłka nożna – Liga holenderska: VVV-Venlo – Ajax Amsterdam *live*
16:30 Piłka nożna – Liga ukraińska
18:30 Piłka nożna – Liga rosyjska
22:30 Piłka nożna – Liga Europejska – mecz fazy grupowej
0:30 Zakończenie

POLSAT SPORT EXTRA

7:00 Piłka ręczna mężczyzn – LM: HC Celje Pivovarna Lasko – Chambéry Savoie HB
9:10 Rugby – mecz towarzyski: Francja – Australia
11:20 K.O. TV Classics – mag.
12:30 Piłka ręczna mężczyzn – LM: FC Barcelona Borges – Vive Targi Kielce
14:30 Puchar Świata w narciarstwie alpejskim
15:00 K.O. TV Classics – mag.
16:00 Piłka ręczna mężczyzn – Liga Mistrzów – mecz fazy grupowej: Tatran Prešov – HSV Hamburg *live*
18:00 K.O. TV Classics
19:00 Piłka ręczna mężczyzn – LM – mecz fazy grupowej: Renovalia Ciudad Real – HC Bośnia Sarajewo *live*
21:00 Tenis – ATP World Tour Finals w Londynie – finał
23:00 Cafe Futbol
0:30 Zakończenie

EUROSPORT

8:30 Skoki narciarskie – Zawody PŚ w Kuusamo
9:30 Pływanie – ME na krótkim basenie w Eindhoven *live*
11:00 Biegi narciarskie – PŚ w Kuusamo *live*
13:15 Skoki narciarskie – PŚ w Kuusamo *live*
15:00 Biegi narciarskie – Zawody PŚ w Kuusamo
16:00 Pływanie – ME na krótkim basenie w Eindhoven *live*
18:00 Narciarstwo alpejskie – Zawody PŚ w Aspen *live*
19:00 Narciarstwo alpejskie – PŚ w Lake Louise *live*
20:15 Skoki narciarskie – Zawody PŚ w Kuusamo
21:00 Narciarstwo alpejskie – Zawody PŚ w Aspen *live*
21:55 Wintersports
22:00 Boks – Gala w Newark – waga ciężka: Tomasz Adamek – Michael Grant
23:00 Skoki narciarskie – Zawody PŚ w Kuusamo
0:30 Pływanie – Mistrzostwa Europy na krótkim basenie w Eindhoven – 4. dzień
1:30 Zakończenie

EUROSPORT 2

10:30 Saneczkarstwo – Zawody Pucharu Świata w Igls *live*
11:30 Narciarstwo alpejskie – PŚ
12:00 Saneczkarstwo – Zawody Pucharu Świata w Igls *live*
13:00 Siatkówka kobiet – Liga włoska
14:30 Saneczkarstwo – Zawody Pucharu Świata w Igls *live*
15:30 Piłka nożna – Liga niemiecka – mecz: Werder Brema – FC St. Pauli; FC Köln – VfL Wolfsburg *live*
19:30 Piłka nożna – Liga niemiecka
20:30 Wiadomości Eurosportu
21:00 Piłka ręczna mężczyzn – LM: HC Zagrzeb – SG Flensburg-Handewitt
22:30 Siatkówka mężczyzn – Liga włoska: Andreoli Latina – Marmi Lanza Verona
23:45 Watts – mag. sportowy

TVP SPORT

10:00 Koszykówka – Euroliga kobiet: Rivas Ecopolis – Lotos Gdynia
11:55 Explorers Festival – Łódź 2010 – reportaż
12:35 Skoki narciarskie – PŚ w Kuusamo *live*
15:35 Dawnych sportów czar
16:00 Piłka nożna – mecz charytatywny: Gwiazdy – Dziennikarze TVP *live*
17:50 Koszykówka mężczyzn – Tauron Basket Liga – mecz: Zastal Zielona Góra – PGE Turów Zgorzelec *live*
20:00 Weekend w Kuusamo
20:30 Piłka nożna – Liga szkocka – mecz: Dundee United – Glasgow Rangers
22:25 Dzień na wyścigach – Służewiec 2010 (66)
23:00 Sportowa niedziela
23:20 Skoki narciarskie – Zawody PŚ w Kuusamo
0:55 Zakończenie

DISNEY CHANNEL

7:10 Klub przyjaciół Myszki Miki **7:35** Kim Kolwiek **8:00** Nie ma to jak statek **8:25** Do dzwonka **8:30** Czarodzieje z Waverly Place **8:55** Jonas w Los Angeles **9:20** Hannah Montana Forever **9:40** Do dzwonka **9:50** Powodzenia, Charlie! **10:40** High School Musical – film muz., USA 2006 **12:10** Teraz Miki **12:20** Jonas w Los Angeles **12:40** Do dzwonka **12:45** Nie ma to jak statek – serial kom.
13:10 Czarodzieje z Waverly Place **13:35** Hannah Montana **14:00** Teraz Miki **14:20** Jonas w Los Angeles **14:45** Fineasz i Ferb **15:10** Powodzenia, Charlie! **15:35** Wymiennicy **16:00** Hannah Montana **16:20** Do dzwonka **16:25** Hannah Montana **16:55** Nie ma to jak statek **17:20** Czarodzieje z Waverly Place **17:45** Hannah Montana Forever **18:10** Powodzenia, Charlie! **18:35** Do dzwonka **18:45** Powodzenia, Charlie! **19:10** Cheetah Girls: Jeden świat – film muzyczny, USA 2008
20:30 Teraz Miki **20:40** Hannah Montana **21:10** Do dzwonka

DISNEY XD

9:50 Spiderman **10:15** Zeke i Luther **10:40** Connor Undercover **11:05** Nie ma to jak hotel **11:25** Pośmiej się **11:30** Marvel Super Hero Squad **12:00** Tajmiaki – film przygodowy, USA 2008
13:30 Pokémon DP: Gallactic Battles **14:00** Marvel Super Hero Squad **14:25** Kick Strach się bać **14:50** Nie ma to jak hotel **15:15** Fineasz i Ferb **15:40** Pośmiej się **15:45** Ja w kapeli **16:15** Zeke i Luther **16:40** Connor Undercover **17:05** Marvel Super Hero Squad **17:30** Pokémon DP: Gallactic Battles **17:55** Nie ma to jak statek **18:20** The Avengers: Earth's Mightiest Heroes **18:45** Spiderman **19:10** Fineasz i Ferb **19:35** Pośmiej się **19:40** Connor Undercover – serial familijny
20:00 Aaron Stone

TVN TURBO

6:00 Na osi **6:25** TurboNet **6:55** Polak potrafi 6 **7:25** Moto-On 5 **7:55** Zakup kontrolowany 10 **8:55** Uwaga! Pirat! 5 **9:45** Raport końcowy **10:00** Rekrut **10:30** Jazda polska **11:00** Automaniak 5 **11:30** Operacja tuning 7 **12:00** Ale urwał! **12:30** Turbo kamera 7
13:00 Legendy PRL 7 **13:30** Moto-On 5 **14:00** Armwrestling – Puchar Świata **14:30** Męski typ (4) **15:00** Na osi **15:35** Ice Road Truckers 2 **16:40** Automaniak 5 **17:15** Raport końcowy **17:30** TurboNet **18:00** Rekrut **18:30** Polak potrafi 6 **19:00** Katrina
20:00 Zakup kontrolowany 10 **21:00** Przedziwne rodzaje śmierci **21:30** Męski typ (4) **22:05** Niebezpieczne pasje **23:10** Zobacz to! 2 **23:50** Gadżet 5 **0:25** Jazda polska **0:55** Wypadek – przypadek 5 **1:25** Ale urwał! **1:55** Legendy PRL 7 **2:25** Polak potrafi 6

CARTOON NETWORK

6:50 Scooby-Doo **7:15** Scooby-Doo, gdzie jesteś? **7:40** Johnny Test **8:05** Tom i Jerry **8:15** Bakugan młodzi wojownicy **8:40** Cartoon Network Dance Club **8:55** Tom i Jerry **9:05** Nowy Scooby-Doo: Nawiedzona wytwórnia słodyczy – film anim., USA 1972 **9:55** Tom i Jerry **10:35** Totalna Porażka w trasie **12:15** 13 demonów Scooby'ego-Doo **12:40** Niezwykłe przypadki Flapjacka – serial anim.
13:05 Gwiezdne wojny: Wojny klonów **13:55** Ed, Edd i Eddy **14:20** Bliźniaki Cramp **14:45** Dom dla zmyślonych przyjaciół pani Foster **15:10** Chowder **15:35** Ben 10 **16:00** Hero 108 **16:25** Johnny Test **16:50** Niezwykłe przypadki Flapjacka **17:15** Batman: Odważni i bezwzględni **17:40** Kudłaty i Scooby-Doo na tropie **18:05** Tom i Jerry **18:10** Młodzi Tytani **19:00** Bakugan młodzi wojownicy: Nowa Vestroja **19:25** Xiaolin – pojedynek mistrzów **19:50** Tajemniczy Sobotowie – serial anim.
20:15 Młodzi Tytani **20:40** Cartoon Network Dance Club

NICKELODEON

5:00 Dora poznaje świat **5:30** Ni Hao Kai-Lan **6:00** Olivia **6:30** Dora poznaje świat **7:00** Dalej, Diego! **7:30** Umizoomi **8:00** Dora poznaje świat **8:30** Olivia **9:00** SpongeBob Kanciastoporty **10:00** Wróżkowie chrzestni **11:00** Fanboy i Chum Chum **12:00** Pingwiny z Madagaskaru **12:30** Drake i Josh – serial dla młodzieży
13:00 iCarly **14:00** Mighty B **15:00** Awatar: Legenda Aanga **15:30** SpongeBob Kanciastoporty **16:00** Pingwiny z Madagaskaru **16:30** Księżniczka z krainy słoni **17:00** iCarly **17:30** True Jackson **18:00** SpongeBob Kanciastoporty
20:00 iCarly **20:30** True Jackson **21:00** Pingwiny z Madagaskaru **21:30** SpongeBob Kanciastoporty **22:00** Drake i Josh

BBC CBEEBIES

6:00 Teletubisie **6:25** Przygody Spota **6:30** Duży i Mały **6:55** Roly Mo zaprasza **7:25** Nosal i Skrob **8:10** Pan Robótka **8:55** Potrafię gotować **9:25** Tommy Zoom **9:45** Waybuloo **10:30** Duży i Mały **10:55** Roly Mo zaprasza **11:25** Nosal i Skrob **12:10** Pan Robótka **12:50** Potrafię gotować
13:20 Tommy Zoom **13:45** Waybuloo **14:25** Listonosz Pat – Przesyłki specjalne **15:00** Duży i Mały **15:25** Roly Mo zaprasza **15:55** Pokaż mi, pokaż **16:50** Zawiadowca Ernie **17:00** Penelopa K. **17:30** Błyśnij-błyskula **18:10** Małe roboty **18:35** Pinky Dinky Doo **19:05** Zebek **19:30** Brum **19:55** Nosal i Skrob
20:35 Waybuloo **21:15** Listonosz Pat – Przesyłki specjalne **21:30** Penelopa K. **22:00** Błyśnij-błyskula **22:40** Małe roboty **23:00** Pinky Dinky Doo **23:30** Zebek

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: △ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych

ZIG ZAP

6:00 6 w pracy **6:25** Rahan – syn czasów mroku **7:00** Ruby Gloom **7:30** Lou! **8:00** Szpieg w krainie gwiazd **8:30** Liga Złośliwców **8:55** Krokodyle – film familijny, Niemcy 2009 **10:30** Zwierzakowo **11:00** Podcats **11:10** Brejk **11:30** Hot Wheels: Battle Force 5 **11:55** Brejk **12:10** Superszpiedzy **12:35** Strażnicy z Chinatown – serial animowany
13:00 Ruby Gloom **13:20** Lou! **13:45** Batman 2 **14:10** Liga Złośliwców **14:35** 6 w pracy **15:00** Tajna misja **15:15** Wakfu **15:45** Huntik: Łowcy tajemnic **16:10** Rahan – syn czasów mroku **16:35** Superszpiedzy **17:00** Strażnicy z Chinatown **17:30** Pora na Hit! – serial komediowy **18:00** Sprawa oddalona 2 – serial dla młodzieży **18:30** Przypadki nastolatki – serial dla młodzieży **19:00** Pies, który mówi – serial familijny **19:30** Co u Dani? 2 – serial komediowy
20:00 Amika – serial dla młodzieży **20:30** Degrassi – nowe pokolenie 9 – serial dla młodzieży

JIM JAM

12:35 Rubbadubbers **12:45** Oswald
13:00 Barney i przyjaciele **13:25** Dorotka – wesoły dinozaur **13:35** Bob Budowniczy **13:45** Tomek i przyjaciele **14:00** Bob Budowniczy **14:10** Co ja widzę?! **14:25** Igloo-Gloo **14:40** Rubbadubbers **14:50** Tigga & Togga **15:00** JimJamowy maraton: Dorotka – wesoły dinozaur **17:10** Bob Budowniczy **17:20** Tomek i przyjaciele **17:35** Bob Budowniczy **17:45** Rubbadubbers **17:55** Oswald **18:15** Małe planety **18:30** Dougie w przebraniu **18:40** Magiczny klucz **18:50** Dougie w przebraniu **19:00** Bajki i bajeczki **19:15** Tork **19:25** Świnka Chudzinka **19:35** Roztańczona Angelina **19:50** Dougie w przebraniu – serial anim.
20:00 Magiczny klucz

VIVA POLSKA

9:00 Power lista **12:00** Club Charts
13:00 VIVA Hits Polska **14:00** Planet VIVA **14:30** Top 50 – najlepsze w listopadzie **18:30** Viva królowie densfloru (6) **19:00** Planet VIVA **19:30** VIVA Mjuzik Kliiiz (10)
20:30 Sprawdź to **21:30** Chartsurfer **23:00** Droga do sławy (6) **0:00** Parot **0:30** Kocha, nie kocha **1:00** PL Top 10 **2:00** Kocha, nie kocha **2:30** Całuśnik

VH 1 POLSKA

12:00 VH1 Hitters
13:00 Twoja muzyka, twoja lista **15:00** VH1 Hits **16:10** Diabli nadali 9 (14, 15) **17:00** Cudowne lata (9, 10) **18:00** Wszyscy kochają Raymonda 7 (16, 17) **19:00** Wszyscy nienawidzą Chrisa 2 (3-6)
20:35 Cudowne lata (11, 12) **21:30** Zwariowany świat Malcolma (15, 16) **22:25** Tak, kochanie (2, 3) **23:20** Diabli nadali 9 (16, 17)

BOOMERANG

6:15 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **6:40** Szczeniak zwany Scooby-Doo **7:05** Yogi – łowca skarbów **7:30** Tex Avery **8:00** Gwiazda miesiąca: Kaczor Dodgers – serial animowany
17:00 Johnny Bravo **17:20** Laboratorium Dextera **17:45** Tom i Jerry **18:00** Kot Tip-Top **18:30** Odlotowe wyścigi **19:00** Dastardly i Muttley **19:30** Scooby-Doo – serial animowany
20:00 Zwariowane melodie **20:20** Kaczor Dodgers **20:45** Garfield **21:10** Flintstonowie **21:35** Jetsonowie **22:00** Yogi – łowca skarbów **22:25** Tom i Jerry **22:50** Scooby-Doo **23:15** Droopy, superdetektyw **23:40** Kot Tip-Top **0:00** Garfield **0:25** Scooby-Doo **0:50** Odlotowe wyścigi **1:15** Dastardly i Muttley **1:40** Kot Tip-Top **2:05** Przygody Popeye'a **2:30** Porażki króla Artura **2:55** Droopy, superdetektyw **3:20** Zwariowane melodie **3:45** Flintstonowie **4:10** Jetsonowie **4:35** Różowa Pantera i przyjaciele **5:00** Tom i Jerry **5:25** Przygody Popeye'a

MINI MINI

14:00 Niedźwiedź w dużym niebieskim domu 2 **14:25** Olinek Okrąglinek **14:50** Lusia **14:55** Harry i wiaderko pełne dinozaurów **15:05** Kolorowy świat Pacyka **15:15** Małe zoo Lucy **15:25** Gwiazdka Laury **15:40** Ogrodnik Gordon **15:50** Strażackie opowieści **16:15** Przygód kilka wróbla Ćwirka **16:30** Dzieciaki Mini Mini **16:40** Zgaduj z Jessem **16:50** Dzieciaki Mini Mini **17:00** Stacyjkowo **17:15** Tomek i przyjaciele **17:25** Minikolory **17:30** Bawmy się, Sezamku **18:05** Niezwykłe przygody Berta i Erniego 2 **18:10** Świat Elmo **18:25** Nouky i przyjaciele 2 **18:30** Stuart Malutki **18:55** Rajdek – mała wyścigówka **19:05** Opowieści z Tinga Tinga **19:20** Mania **19:30** Marta mówi
20:00 Małgosia i buciki 2

MTV POLSKA

17:30 MTV Cribs PL na sportowo (3) **18:00** Szał ciał PL **18:30** Grzechy Hollywood (6) **19:00** MTV Plotek (8) **19:30** Moje supersłodkie urodziny PL
20:00 Maxim Specials (4) **20:30** Mistrzowie podrywu (5) **21:00** Ekipa z New Jersey (13) **22:00** Udręki młodego Bergera (4) **22:30** Tajemnice Valemont (6) **23:00** Miłość w rytmie hip-hopu (5)

4FUN TV

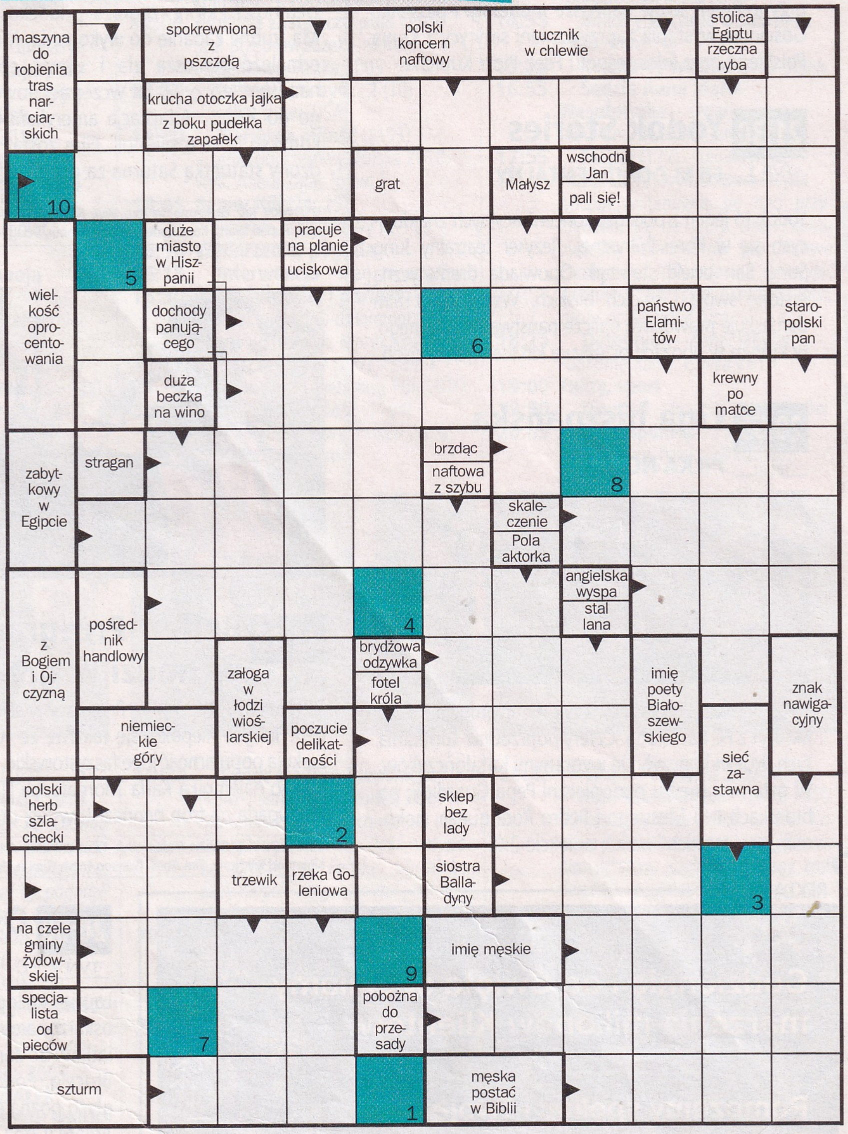
13:00 Kto się w tobie kocha? **13:30** Wróżby **14:00** Parowanie **14:30** Wróżby **15:00** Weekend specjalny **16:30** Weekend specjalny/Parowanie **17:00** Polska Top Lista **18:00** SuperVIP **19:00** 40Pak/Imię drugiej połówki
20:00 40Pak/Kiedy weźmiesz ślub **21:00** 40Pak/Parowanie **22:00** 40pak **23:00** Zakazane piosenki + Kamasutra **0:00** Nocny hałas

WYŚLIJ SMS na nr 7143 i wygraj!



6x Piłkarzyki

FUNDATOREM NAGRÓD JEST Biedronka
Codziennie niskie ceny



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

ROZWIĄZANIE BEZ POLSKICH ZNAKÓW prześlij SMS-em na numer 7143, w treści wpisując KTV.48.K03. i hasło krzyżówki. Koszt SMS-a 1,22 zł z VAT. Termin nadsyłania rozwiązań: 22.11 – 2.12.2010 r.

13:20 Urodziny kabaretu Rak
TVP 2 **PROGRAM ROZRYWKOWY**

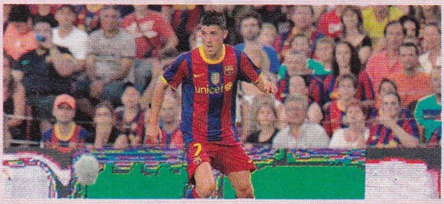


Jednym z punktów tegorocznej edycji Śląskiej Gali Biesiadnej był występ formacji Rak. Krzysztof Hanke, Grzegorz Poloczek i Krzysztof Respondek przypomnieli swoje najlepsze monologi i piosenki. Gościnnie wystąpili zaprzyjaźnieni satyrycy z Konia Polskiego oraz lider zespołu Feel, Piotr Kupicha.

21:30 Yodok Stories
TVP 1 **FILM DOKUMENTALNY**

Yodok to jeden z obozów koncentracyjnych znajdujących się w Korei Północnej. Reżyser teatralny Jung Sung San uciekł stamtąd. Opowiada dramatyczną historię swoją i swoich bliskich. Wstrząsający film demaskuje prawdziwe oblicze państwa totalitarnego, w którym w obozach przebywa kilkaset tysięcy osób.

20:55 Liga hiszpańska
CANAL+ SPORT **PIŁKA NOŻNA**



161. ligowe El Clásico, czyli konfrontacja Realu Madryt z FC Barceloną. Cztery poprzednie spotkania tych drużyn kończyły się wygranymi Katalończyków. W ostatnim meczu podopieczni Pepa Guardioli, po bramkach Leo Messiego i Pedro Rodriqueza, pokonali „Królewskich" na ich obiekcie 2:0.

20:00 Hellboy
POLSAT **HORROR SF** ★★

Sprowadzony przez nazistów piekielny wojownik trafia pod opiekę profesora Brooma. Po latach staje do walki ze złem.

Rok 1944. Naziści sprowadzają z piekieł wojownika Hellboya (Ron Perlman), który zostaje uratowany przez aliantów. Zajmuje się nim profesor Broom (John Hurt), założyciel tajnej organizacji BBPO (Biuro Badań Paranormalnych i Obrony). Wychowuje go jak własnego syna. Mimo szatańskiego pochodzenia Hellboy staje się uosobieniem dobra. Walczy z siłami ciemności, które zagrażają ludzkości. Ma trudne zadanie do wykonania. Musi odnaleźć geniusza zła i stawić czoło nazistom którzy 40 lat wcześniej powołali go do życia... Adaptacja amerykańskiego komiksu Mike'a Mignoli. Film został nagrodzony statuetką Saturna za charakteryzację.

USA 2004. Reż. Guillermo del Toro. Wyk. Ron Perlman, John Hurt, Selma Blair, Rupert Evans, Karel Roden, Jeffrey Tambor, Doug Jones i inni





21:45 Gra pozorów
ALE KINO! **DRAMAT SENSACYJNY** ★★★

Bojownicy IRA porywają brytyjskiego żołnierza Jody'e (Forest Whitaker), by wymienić go na więzionego rorystę. Do pilnowania zakładnika zostaje wyznacz Fergus (Stephen Rea). Między mężczyznami zawiąz się nić sympatii. Przeczuwając śmierć, Jody prosi no go znajomego, by zaopiekował się jego dziewczyna

Wielka Brytania/Japonia 1992. Reż. Neil Jordan. Wyk. Stephen Rea, F Whitaker, Miranda Richardson, Jaye Davidson, Adrian Dunbar i inni

23:10 Belfer: Przegrana nie wchodzi w grę
TVP 1

SENSACYJNY ★ Pracujący w szkole wojskowej gen. Teague niepokoi się faktem, że wśród kadetów zyskują popularność idee faszystowskie. Prosi o pomoc byłego najemnika Karla Thomassona (Treat Williams). Ten wpada na trop neonazistowskiej organizacji.

USA 2001. Reż. Robert Radler. Wyk. Treat Williams, Angie Everhart, Patrick Kilpatrick, Bill Nunn, Tim Abell, Grayson Fricke, Simon Rhee i inni



REKLAMA

Codziennie i od Święta spełniamy marzenia milionów Klientów

Pomożemy spełnić i Twoje. Porozmawiajmy...

Połączenia z tel. kom. i SMS-y (wg taryfy operatora)
600 400 080
wyślij SMS o treści KROPKA pod nr 1124 Oddzwonimy!
www.provident.pl
PROVIDENT

20:00 Oszukane serce
TVN 7 **DRAMAT OBYCZ.** ★★

Laurie Kellogg (Jennie Garth) zostaje oskarżona o nakłonienie czworga nastolatków do zamordowania swojego męża Bruce'a. Podczas procesu ława przysięgłych poznaje dramatyczne losy kobiety. Twierdzi ona, że przez dziesięć lat mąż znęcał się nad nią fizycznie i psychicznie. Tymczasem prokurator uważa, że Laurie działała z premedytacją. Wśród nastolatków upatrzyła sobie przyszłego mordercę, którego uwiodła i nakłoniła do popełnienia zbrodni. Przysięgli muszą rozstrzygnąć, kto przedstawia prawdziwą wersję wydarzeń. Na faktach.

USA 1994. Reż. Michael Toshiyuki Uno. Wyk. Gregory Harrison, Jennie Garth, Steven Keats, Francis Guinan i inni

0:20 Przerwane życi Debbie Smith
TVP 2 **DRAMAT BIOGRAFICZNY** ★

Debbie Smith (Lea Thompson) jest żo szeryfa (Anthony Lemke). Pewne dnia, gdy dzieci idą do szkoły, a mąż po nocnym dyżurze, zostaje zgwałco w swoim domu przez czarnoskóre chłopaka. Kobieta przeżywa załama nerwowe. Unika ludzi i ma myśli sar bójcze. Dopiero po pięciu latach Deb decyduje się nawiązać kontakt z inny ofiarami gwałtu. Wówczas pow zaczyna odzyskiwać równowagę. Wte też zostaje ujęty sprawca zbrod Scenariusz filmu jest oparty na fakta

USA 2007. Reż. Stefan Pleszczynski. Wyk. Lea Thomp Cindy Busby, Devon Bostick, Anthony Lemke i inni

warto obejrzeć

TVP 1

6:00 Kawa czy herbata? – magazyn
8:05 ◯ Polityka przy kawie
8:25 ◯ Radio Romans (24) – serial obyczajowy, Polska 1994
9:05 DISNEY! CUDOWNY ŚWIAT:
★★ **Dzwoneczek i zaginiony skarb** – film animowany, USA 2009 (powt.)
10:30 **Rodzina Rabatków** – serial anim.
11:05 **Podglądacze – łowcy absurdów** – cykl reportaży, Polska 2010
11:20 **Telezakupy**
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12:40 NATURA W JEDYNCE: **Ewolucja życia** (1/5) – serial dokumentalny, W. Brytania 2005
13:45 ◯ **Plebania** (1583) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
14:15 ◯ **Klan** (1972) – telenowela, Polska 2010 (powt.)
14:45 ◯ **Opole 2010 na bis:** Piosenka jest dobra na wszystko – koncert
15:00 **Wiadomości, pogoda**
15:15 **Jaka to melodia?** (powt.)
15:50 ◯ **Moda na sukces** (5238, 5239) – telenowela, USA 2008
16:40 ◯ **Celownik** – mag. reporterów
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Pogoda**
17:25 ◯ **Plebania** (1584) – serial obyczajowy, Polska 2010
17:55 ◯ **Klan** (1973) – telen., Pol. 2010
18:35 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
19:05 **Wieczorynka:** Przygody rozbójnika Rumcajsa – anim., Czechosłowacja
19:30 **Wiadomości, sport**

TVP 2

4:45 ◯ **Córki McLeoda 6** (161, 162) – serial obyczajowy, Australia 2006
6:25 **Pytając o Boga** – mag. religijny
6:50 **Cmentarz nieistniejących cmentarzy** – reportaż, Polska 2010
7:15 **ZUS dla ciebie** – pr. poradnikowy
7:30 ◯ **Na dobre i na złe** (59) – serial obyczajowy, Polska 2001
8:30 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
9:00 **Pogoda**
9:05 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
9:35 **Panorama**
9:40 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
10:15 **Pogoda**
10:20 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
10:50 ◯ **Aleja gwiazd** – talk-show
11:15 **Familiada** – teleturniej
11:50 **Potrzebna od zaraz** – magazyn
12:15 **Anna Dymna – spotkajmy się**
12:50 **Pytając o Boga** – mag. religijny
13:20 **Urodziny kabaretu Rak** – pr. rozrywk., Polska 2010 (s. 48)
14:30 ◯ **Święta wojna** (242) – serial komediowy, Polska 2006
15:05 ◯ **Czas honoru 3** (37) – serial wojenny, Polska 2010 (powt.)
16:00 **Program lokalny**
16:35 ◯ **Opowiedz nam swoją historię...** – talk-show
17:25 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
18:00 **Panorama, sport**
18:40 ◯ **Gorący temat** – pr. publicyst.
19:00 ◯ **Licencja na wychowanie** (69) – serial komediowy, Polska 2010
19:35 ◯ **Faceci do wzięcia:** Opowieść wigilijna – serial kom., Polska 2006

POLSAT

5:00 ◯ **Wstawaj! Gramy!** – program muzyczny
6:00 **Nowy dzień z Polsat News**
7:45 **Zimowa przygoda Franklina**
★★ – film animowany, Kanada 2001, reż. John van Bruggen
8:55 ◯ **Świat według Kiepskich** (123, 124) – kom., Polska 2002
10:00 ◯ **Daleko od noszy** (129, 130) – serial komediowy, Polska 2007
11:00 ◯ **Malanowski i partnerzy** (240) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010 (powt.)
11:30 ◯ **Świat według Kiepskich** (163): Humor telewizyjny – serial komediowy, Polska 2004
12:00 **Rodzina zastępcza plus** (214): Szał przeprowadzek – serial komediowy, Polska 2005
13:00 ◯ **Łabędziem być... 2** (10) – reality show, USA
14:00 ◯ **Pierwsza miłość** (1193) – serial obyczajowy, Polska 2010, wyk. Aneta Zając (powt.)
14:45 **Benny Hill** (24, 25) – program rozrywkowy
15:50 **Wydarzenia, pogoda**
16:15 ◯ **Interwencja** – mag. reporterów
16:30 ◯ **Malanowski i partnerzy** (241) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010, wyk. Marek Krupski
17:00 ◯ **Dlaczego ja?** (117) – serial fabularno-dokumentalny, Pol. 2010
18:00 ◯ **Pierwsza miłość** (1194) – serial obyczajowy, Polska 2010
18:50 **Wydarzenia, sport**

TVN

5:40 ◯ **Uwaga!** – magazyn reporterów (powt.)
6:00 **Mango** – telezakupy
7:00 ◯ **Granie na śniadanie** – teleturniej interaktywny *live*
8:00 ◯ **Majka** (171) – telenowela, Polska 2010 (powt.)
8:30 ◯ **Dzień dobry TVN** – mag. *live*
11:00 ◯ **Co za tydzień** – magazyn informacyjny (powt.)
11:35 ◯ **Granie na ekranie** – teleturniej interaktywny *live*
12:10 **Mango** – telezakupy
12:40 ◯ **Ugotowani** (powt.)
13:45 ◯ **Niania** (83, 84) – serial komediowy, Polska 2008
14:55 ◯ **Między kuchnią a salonem** – talk-show *live*
15:55 ◯ **Rozmowy w toku** – talk-show
16:55 ◯ **Sędzia Anna Maria Wesołowska** – serial fabularno-dokumentalny
17:55 ◯ **Majka** (172) – telenowela, Polska 2010, wyk. Joanna Osyda
Michał zastanawia się nad przyznaniem się do winy. Dzięki temu zyskałby szansę na warunkowe zwolnienie. Jeśli uda mu się wyjść za kaucją i odzyskać prawa do Basi, może ocalić firmę ojca.
18:25 ◯ **Detektywi** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
19:00 **Fakty, sport**
19:50 ◯ **Uwaga!** – magazyn reporterów
20:05 ◯ **Na Wspólnej** (1351) – serial obyczajowy, Polska 2010

wieczór









TVP 1

20:25 ◯ **Ogniem i mieczem** (4-ost.) – serial historyczny, Polska 1999
Rzędzian, Wołodyjowski i Zagłoba przybywają do Czarciego Jaru. Udaje im się uwolnić Helenę. Dochodzi do oblężenia twierdzy w Zbarażu. Podbipięta wypełnia swoje śluby – ścina za jednym razem trzy pogańskie głowy.
21:30 ◯ **Yodok Stories** – film dokum., Polska/Norwegia 2005 (s. 48)
23:10 ◯ **Belfer: Przegrana**
★ **nie wchodzi w grę** – film sens., USA 2001, reż. Robert Radler, wyk. Treat Williams (s. 48)
0:50 ◯ **Bracia i siostry** (22) – serial obyczajowy, USA 2007
Tommy i Julia muszą podjąć dramatyczną decyzję dotyczącą nienarodzonych bliźniąt. Sarah i Joe rozważają przyszłość ich małżeństwa. Kevin ma reprezentować McCallistera w sądzie.
1:40 **Notacje:** Zbigniew Safjan. Dwaj okupanci, dwie dziewczyny – cykl dokumentalny, Polska 2009
1:55 **Telezakupy**
2:15 ◯ **Stacyjka** (7, 8) – serial komediowy, Polska 2004
4:55 **Zakończenie**

TVP 2

20:10 ◯ **Barwy szczęścia** (497) – serial obyczajowy, Polska 2010
Stefan dowiaduje się, że Oksana niebawem ma imieniny. Postanawia przygotować dla niej niespodziankę. Maria zachęca Romana, by pogodził się z Iwoną. Pyrka spotyka się z córką i przeprasza ją za swoje zachowanie.
20:45 ◯ **M jak miłość** (788) – serial obyczajowy, Polska 2010
21:40 ◯ **Kulisy serialu „M jak miłość"**
21:50 ◯ **Tomasz Lis na żywo** *live*
22:55 ◯ **Zabójcze umysły** (4) – serial kryminalny, USA/Kanada 2005
0:20 ◯ ALIBI NA PONIEDZIAŁEK:
★★ **Przerwane życie Debbie Smith** – dramat biograficzny, USA 2007, wyk. Lea Thompson (s. 48)
1:55 ◯ CZY ŚWIAT OSZALAŁ?: **Architektoniczne przygody Dana Cruickshanka:** Kataklizmy – serial dok., Wielka Brytania 2008
2:50 ◯ **Czwarta władza** (4-ost.) – serial sensacyjny, Polska 2004
3:45 ◯ **Przerwane życie Debbie**
★★ **Smith** – dramat biograficzny, USA 2007, wyk. Lea Thompson (powt.)
5:05 **Zakończenie**

POLSAT

19:30 ◯ **Świat według Kiepskich** (164) – serial kom., Polska 2004
Marian Paździoch odchodzi na emeryturę. Jego żona ma dość nietypową prośbę do Ferdka. Chciałaby, żeby Kiepski zorganizował jej mężowi pożegnalny benefis.
20:00 ◯ **MEGAHIT: Hellboy** – horror
★★ s.f., USA 2004, reż. Guillermo del Toro, wyk. Ron Perlman, John Hurt, Selma Blair, Rupert Evans (s. 48)
22:40 ◯ **Zaginiony w akcji 2:**
★ **Początek** – film sensacyjny, USA 1985, reż. Lance Aool, wyk. Chuck Norris, Oh Soon-Teck
Wietnam, 1972 rok. Pułkownik James Braddock wraz z kilkoma towarzyszami zostaje zestrzelony nad terytorium wroga. Żołnierze trafiają do niewoli i są przetrzymywani w obozie jenieckim w dżungli. Jego dowódcą jest sadystyczny pułkownik Yin. Po latach koszmaru James wraz z porucznikiem Mazillim ucieka z niewoli. Postanawia wrócić i odbić pozostałych jeńców.
0:45 ◯ **Tajemnice losu** – pr. rozrywk.
4:40 **TV Market** – magazyn reklamowy

TVN

20:45 ◯ **W-11 – Wydział Śledczy** – serial fabularno-dok., Polska 2010
Komisarze Anna Palka i Rafał Kopacz prowadzą śledztwo w sprawie morderstwa. Ciało mężczyzny znaleziono w samochodzie. Jego żona rzuca podejrzenia na chłopaka swojej córki. Ojciec bowiem zabronił jej spotykać się z ukochanym.
21:30 ◯ **Szymon Majewski Show** – program rozrywkowy, Pol. 2010
22:35 ◯ **Mentalista** (12) – serial kryminalny, USA 2009
23:35 ◯ **Superwizjer** – mag. reporterów
0:10 ◯ **Nie z tego świata** (12) – serial fantasy, USA 2008
1:10 ◯ **Co za tydzień** – magazyn informacyjny (powt.)
1:35 ◯ **Uwaga!** – magazyn reporterów (powt.)
1:55 ◯ **Po co spać, jak można grać** – program interaktywny *live*
2:50 **Telesklep** – magazyn reklamowy
3:15 ◯ **Rozmowy w toku** – talk-show (powt.)
4:10 ◯ **Szymon Majewski Show** – program rozrywkowy (powt.)
5:05 **Nic straconego** – pr. powtórkowe

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ◯ – za zgodą rodziców ◯ – dla dorosłych

PONIEDZIAŁEK 29 listopada

Kropka

TV 4



5:00 **V Max** – magazyn motor.
5:20 **Lalola** (10) – telenowela, Argentyna 2007
6:10 **Muzyczne listy** – magazyn muzyczny
7:15 **Słoneczny patrol** (62) – serial obycz., USA 1989
8:20 **Dziewczyny z fortuną** – teleturniej
9:20 **Morze miłości** (59) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
10:20 **mała Czarna** – talk-show
11:20 **Nie igraj z aniołem** (69) – serial obycz., Meksyk 2008
12:20 **Muzyczne listy** – magazyn muzyczny
13:30 **V Max** – magazyn motor.
14:00 **Dziewczyny z fortuną**
15:00 **Słoneczny patrol** (63) – serial obycz., USA 1989
16:00 **Zbuntowani 2** (27) – serial obyczajowy, Meksyk 2005
17:00 **Osaczona** (50) – serial obyczajowy, USA 2007
18:00 **Nie igraj z aniołem** (70) – serial obycz., Meksyk 2008
19:00 **Morze miłości** (60) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
20:00 **STOP Drogówka** – mag.
21:00 **Prawdziwa historia Robin Hooda** – film dok., Wielka Brytania 2010
22:00 **Galileo** (191, 192)
0:00 **Modelki Janice Dickinson** – program rozrywkowy, USA 2007
0:55 **mała Czarna** – talk-show
1:40 **Muzyczne listy** – magazyn muzyczny
2:35 **V Max** – magazyn motor.
3:00 **Emerson Lake & Palmer – Live at Montreux** – koncert
3:55 **KINOmaniak** – magazyn
4:20 **TV Market**
4:50 **Zakończenie**

TVN 7



5:05 **Marina** (69) – telenow., USA/Meksyk 2006
5:55 **Na Wspólnej** (791) – serial obycz., Polska 2007
6:25 **Kuba Wojewódzki** – talk-show
7:25 **Plotkara** (4) – serial obyczajowy, USA 2008
8:20 **Brzydula** (125, 126) – serial kom., Polska 2009
9:25 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze** (16) – serial sensacyjny, USA 1995
10:25 **Ally McBeal** (8) – serial komediowy, USA 1998
11:25 **Mango** – telezakupy
13:00 **Apetyt na kasę** – telet.
14:00 **Marina** (70) – telenow., USA/Meksyk 2006
15:00 **Kuba Wojewódzki** – talk-show
16:00 **Plotkara** (5) – serial obyczajowy, USA 2008
17:00 **Brzydula** (127, 128) – serial kom., Polska 2009
18:00 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze** (17) – serial sensacyjny, USA 1995
19:00 **Ally McBeal** (8) – serial komediowy, USA 1998
20:00 ★★ **TRUE STORY: Oszukane serce** – dramat obyczajowy, USA 1994, reż. Michael Toshiyuki Uno, wyk. Jennie Garth (s. 48)
22:00 **Kobra – oddział specjalny** (11) – serial sensacyjny, Niemcy 2008
23:00 ★★ **Wzgórze złamanych serc** – dramat sens., USA 1986, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood
1:40 **Arkana magii** – interaktywny program rozrywkowy, Polska
3:45 **Zakończenie**

TVP POLONIA



7:00 **Studio Gamma**
7:55 **Molly** (10) – serial dla młodzieży, Polska/Wielka Brytania/Francja 1995
8:30 **Pytanie na śniadanie**
9:35 **Panorama**
9:40 **Pytanie na śniadanie**
10:55 **Smaki polskie** – magazyn
11:10 **M jak miłość** (770) – serial obycz., Polska 2010
12:00 **Wiadomości**
12:15 **Plebania** (1574) – serial obyczajowy, Polska 2010
12:45 **100 tysięcy bocianów** (58) – dok., Polska 2009
13:10 **Mała wielka miłość** (4-ost.) – obycz., Pol. 2008
14:00 **Cmentarz nieistniejących cmentarzy**
14:30 **Barwy szczęścia** (272) – serial obycz., Polska 2009
15:00 **Tygrysy Europy** (11) – serial kom., Polska 1999
16:00 **Złote Przeboje – lista przebojów** – mag. muz.
16:30 **Złotopolscy** (51) – telenowela, Polska 1998
17:00 **Teleexpress**
17:25 **Gala piosenki biesiadnej**
18:20 **Gra w miasta** – telet.
18:45 **Plebania** (1574) – serial obyczajowy, Polska 2010
19:15 **DOBRANOCKA: Kolorowy świat Pacyka** – anim., Pol.
19:30 **Wiadomości, sport**
20:15 **Męskie-żeńskie** (4) – serial obycz., Polska 2004
21:05 **Polska 24. Informacje**
21:35 **Białe tango** (3) – serial obyczajowy, Polska 1981
22:50 **Tomasz Lis na żywo**
23:50 **Historie prawdziwe** (8) – serial dok., Polska 2010
0:25 **Złote Przeboje – lista przebojów** – mag. muz.
0:45 **Skarby nieodkryte** – telet.

TV PULS



6:00 **Stacja Porankowo** – program dla dzieci
7:00 **Sędzia Judy** – reality show, USA 2006
7:30 **Burza uczuć** (583) – telenowela, Niemcy 2005
8:30 **Pustynna miłość** (63) – telenowela, USA/Kolumbia/Brazylia 2010
9:30 **Dyżur** (42) – dok., Pol.
10:00 **Gdzie jest Elisa?** (63) – telenowela, USA 2010
11:00 **Burza uczuć** (584) – telenowela, Niemcy 2005
12:00 **Taki jest świat**
12:30 **Sędzia Judy** – reality show, USA 2006
13:00 **Pustynna miłość** (64) – telenowela, USA/Kolumbia/Brazylia 2010
14:00 **Gdzie jest Elisa?** (64) – telenowela, USA 2010
15:00 **Bajki animowane**
16:00 ★ **Barbie jako księżniczka i żebraczka** – film animowany, USA 2004
18:00 **Bajki animowane**
18:30 **JUNIOR TV: Myszorki na prerii** – serial animow.
19:00 **JUNIOR TV: Pszczółka Maja** – serial animowany
19:30 **JUNIOR TV: Całkiem nowe przygody Toma i Jerry'ego** – anim., USA
20:00 **JUNIOR TV: Pixie i Dixie** – serial anim., USA 1962
20:30 **Ryzykanci** (3) – serial dokumentalny, USA 1997
21:30 **Z archiwum policji** (1) – serial dok., Polska 2010
22:00 **Goło i wesoło** – pr. rozr.
22:30 **Szok Video** (12) – dok.
23:30 **W kręgu MMA**
0:30 **Goło i wesoło** – pr. rozr.
1:00 **Hi Hi TV** – pr. rozrywkowy
1:30 **Programy powtórkowe**

ZONE EUROPA



8:00 ★★ **Zawieszeni na drzewie** – komedia, Francja 1971, wyk. Louis de Funes
9:40 ★★★ **Zelig** – komedia, USA 1983, reż. Woody Allen, wyk. Woody Allen
11:10 ★★ **Skradzione obrazy** – komediodramat, Węgry 2006
12:50 ★★ **Carnera – wielki mistrz** – film biograficzny, Włochy/Rumunia 2008
15:05 ★★★ **Niebieski ptak** – dramat obycz., Francja/Włochy 1955, reż. Federico Fellini, wyk. Giulietta Masina
16:45 ★★ **POŻEGNANIE Z FILMEM: Opowieść wszech czasów** – film religijny, USA 1965, wyk. Max von Sydow
20:00 ★★★ **Zelig** – komedia, USA 1983, reż. Woody Allen, wyk. Woody Allen
21:30 **11. FESTIWAL KINA AMATORSKIEGO I NIEZALEŻNEGO KAN 2010: Brzydkie słowa** – krótkometr., Polska 2009
21:55 **Wyłączność** – film krótkometrażowy, Pol. 2009
22:10 ★★ **Plan** – komedia, Polska 2009, reż. Sławomir Pstrong
23:05 **10 lat do Nashville** – film dokum., Polska 2009
23:45 **Wujek** – anim., Pol. 2008
23:50 **Perpetuum mobile** – film animowany, Polska 2009
0:00 **Kiermasz storczyków** – film anim., Polska 2009
0:15 ★★ **Królowie** – dramat społeczny, Irlandia/Wielka Brytania 2007, reż. Tom Collins, wyk. Colm Meaney
1:55 ★★★ **Sitcom** – komediodram., Francja 1998, reż. François Ozon, wyk. Evelyne Dandry

PO | WT | ŚR | CZ

TVP INFO

6:00 Serwis info (co 30 minut) 7:48 Twoja@sprawa 8:03; 10:50 Gość poranka 10:12 Biznes – otwarcie dnia 12:17; 16:15 Biznes 13:10; 23:17 Raport z Polski 16:00 Rozmowa dnia 17:00; 21:45 Program lokalny 20:10 Minęła dwudziesta 21:07 Telekurier 22:15 Info Dziennik 23:04 Sportowy wieczór 23:46 Portrecista – dok., Pol. 2005

TVN 24

5:55 Serwis informacyjny (co 15 minut) 11:00 Serwisy (co 30 minut) 16:00 Fakty po południu 17:10 Prosto z Polski 17:40 Świat według Jacka 18:00 Tak jest 19:00 Fakty, ludzie, pieniądze 19:26 Fakty po Faktach 19:55 Sportowe podsumowanie dnia 20:00 Kropka nad i 20:23 Polska i świat 21:20 Rozmowa Rymanowskiego 22:00 Szkło kontaktowe

TVS

16:20 Informator miejski 16:35 Pasión Morena (63) 17:45 Silesia informacje 18:05 Zumba z fitness center 18:20 Bajkowa TVS 19:05 Najzabawniejsze wideo świata 19:35 Propozycje do „Listy śląskich szlagierów" 20:00 Silesia informacje 20:25 Najzabawniejsze wideo świata 21:00 Zofia – film obycz., Polska 1976 23:00 Muzyka w TVS 0:00 Silesia informacje 0:30 Muzyka w TVS

POLSAT NEWS

6:00 Serwis informacyjny (co 15 minut) 8:50 Graffiti 9:00 Serwis informacyjny (co 30 minut) 11:45 Graffiti 15:35 Giełda komentarzy 15:50 Wydarzenia 16:25 100 sekund 16:30 Biznes Informacje 18:15 Graffiti 18:30 Magazyn „Polska" 18:50 Wydarzenia 19:20 Gość „Wydarzeń" 19:30 Interwencja 20:00 To był dzień 21:00 Informacje dnia 21:30 To był dzień na świecie

TVP KULTURA

13:00 **Po trochu wyciągane z lochu, czyli Archiwizja**
13:25 **Z Syreną w herbie. Warszawskie mosty**
13:55 **Po trochu wyciągane z lochu, czyli Archiwizja**
14:35 ★★ **Jak to jest być moją matką** – film obycz., Pol.
15:15 **CSNY: Deja vu** – dok.
17:00 **JESIEŃ Z MISTRZEM: Galeria 2-ki** – reportaż
17:40 **Z archiwum i pamięci**
18:45 ★★ **Głos** – film obyczajowy, Polska 1991
20:10 ★★ **Ciemna strona Wenus** – dram. psycholog., Pol. '97
21:45 **Czytelnia** (147) – mag.
22:10 **KLASYCZNY POCZĄTEK NOCY: Tristan i Izolda** (3) – opera, W. Brytania 2007
23:45 **Prawdziwe psy** (6) – telen. dok., Polska 2001
0:20 ★★★ **KINO NOCNE: Dersu Uzała** – dramat przyg., ZSRR/Japonia 1975

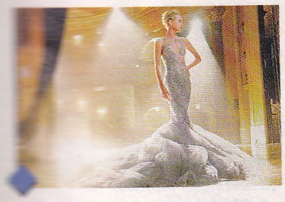
TELE 5

6:00 **Anita** (28) – telen.
7:00 **Telezakupy** – mag. rekl.
10:00 **Kosmica TV**
12:00 **Anita** (29) – telen.
13:05 **Był sobie złodziej** (16)
14:05 **Mroczny rycerz** (10)
15:10 ★ **Na ratunek Jessice** – dramat obycz., USA 1989
17:05 **Lub czasopisma!**
17:20 **Mroczne niebo** (14) – serial s.f., USA 1996
18:25 **Najgorszy tydzień mojego życia** (11) – kom.
19:05 **Był sobie złodziej** (17) – serial sens., Kanada 1997
20:00 ★★ **Zabawa w nieznajomych** – thriller, Kanada/USA 2006
21:55 **Na tropie zbrodni** (25) – serial krym., Kanada 1998
22:55 **Lub czasopisma!**
23:10 **Miejskie legendy** (18)
0:15 ★ **Małżeńskie fantazje** – film erotyczny, USA 2007
1:45 **Nocny patrol** – pr. rozr.

13TH STREET UNIVERSAL

7:00 ★★ **Skrywane zbrodnie** – thriller, Kanada 2009
9:00 **Punkt krytyczny** (6)
10:00 **Morderstwa w Midsomer** (1) – krym.
12:00 **Potyczki Amy** (18) – obycz.
13:00 **Punkt krytyczny** (6)
14:00 **Prawo i porządek 11** (4)
15:00 **Morderstwa w Midsomer** (6) – krym.
17:00 **Dowody zbrodni** (21, 22)
19:00 **Prawo i porządek 11** (4)
20:00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (19) – krym.
21:00 **Żona idealna** (21, 22)
23:00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (19) – krym.
0:00 **Prawo i porządek: Zbrodniczy zamiar** (12)
1:00 ★★ **Głęboko w ukryciu: Załoga duchów** – krym., Wielka Brytania 2001
3:15 ★★ **Głęboko w ukryciu: Podróbki** – dramat krym., Wielka Brytania 2002

ALE KINO!



8:00 ○ **Uraz mózgu** – film krótkometrażowy
8:05 ○ **Jeśli się odnajdziemy** ★★ – dramat obyczajowy, Polska 1982
9:45 ○ **W oku kamery** (7): Ważni w Hollywood – serial dok., Holandia 2009
10:25 ○ **Wielkie kłopoty** ★★ – komedia, USA 2002
12:00 ○ KINO MÓWI: **Nikt nie rozumie perskich kotów** ★★ – dramat obycz., Iran 2009
14:10 ○ **Milioner** – film obyczajowy, Polska 1977 ★★
15:55 ○ **W oku kamery** (8): Czarne charaktery – serial dok., Holandia 2009
16:35 ○ **Panna Marple. Godzina zero** ★★ – kryminał, Wielka Brytania/USA 2007, wyk. Geraldine McEwan
18:20 ○ **Ostatni taniec** – film obyczajowy, Kanada 2003, reż. Lisa Niemi, wyk. Patrick Swayze, Lisa Niemi ★★
20:10 ○ PREMIERA: **Annie Leibovitz: Życie w obiektywie** – film dokumentalny, USA 2007
21:45 ○ **Gra pozorów** – dramat sensacyjny, W. Bryt./Japonia 1992, reż. Neil Jordan, wyk. Stephen Rea ★★★ (s. 48)
23:45 ○ **Od zmierzchu do świtu** ★★★ – horror, USA 1996, wyk. George Clooney
1:45 ○ **Opowieści o zwyczajnym szaleństwie** ★★ – komediodramat, Czechy/Niemcy/Słowacja 2005
3:35 ○ **RajUstopy** – komedia obyczajowa, Polska 2005 ★★
4:55 ○ **Ugór** – film obyczajowy, Polska 2005 ★★
5:55 **Zakończenie**

KINO POLSKA



5:50 **Najważniejszy dzień życia: Gra** – serial obycz.
7:00 BAJKI: **Krasnoludki i diabełki** – serial anim.
7:10 BAJKI: **Żyrafiątko**
7:20 BAJKI: **Lis Leon** – anim.
7:30 BAJKI: **Na szlaku**
7:40 BAJKI: **Dwa koty i pies**
8:05 **Paryż-Warszawa bez wizy** ★ – kom. przyg., Polska 1967
9:50 **Sława i chwała** (4) – serial historyczny, Polska
11:00 **Polskie drogi** (3) – serial wojenny, Polska 1977
12:40 **Najważniejszy dzień życia: Gra** – serial obycz.
13:50 **W Iluzjonie** (3): Aleksander Żabczyński. Amant komediowo-liryczny
14:15 **Sportowiec mimo woli** ★★ – komedia, Polska 1939
15:30 **Bicz boży** – komedia obyczajowa, Polska 1966 ★★
17:00 BAJKI: **Krasnoludki i diabełki** – serial anim.
17:10 BAJKI: **Lis Leon** – anim.
17:20 BAJKI: **Siódemka w krainie dziwolągów**
17:30 BAJKI: **Dwa koty i pies**
17:50 **Jan Serce** (9) – serial obycz.
18:50 **Najważniejszy dzień życia: Gra** – serial obycz.
20:00 BAJKI: **Reksio** – serial anim.
20:25 **Studio propagandy sukcesu** (13) – mag., Pol.
20:35 **Kobieta za ladą** (4) – serial obyczajowy
21:35 **Studio propagandy sukcesu** (14)
21:50 **Szpital na peryferiach** (4): Łokieć – serial obycz.
22:45 **Studio propagandy sukcesu** (15) – mag., Pol.
23:00 **Goście** (4) – serial s.f.
23:40 **Na ekranie i na planie**
0:00 **Cały dzień razem**

FILMBOX

6:15 **Magazyn Filmowy Premiery**
6:40 **Didier** – komedia, Francja/Belgia/Szwajcaria 1997 ★★
8:40 **Przygody psa Tygrysa** ★★ – film familijny, USA 1997
10:20 **Magiczna deskorolka** ★ – kom. fantasy, USA 1993
12:10 **Mój pan mąż** – komedia muzyczna, USA 1936 ★★
13:55 **Motylek** – komediodramat, Francja 2002 ★★
15:40 **Córka mojego szefa** ★ – komedia, USA 2003
17:20 **Taxi 2** – komedia sens., Francja 2000 ★★

DLA KOBIET I KROPKA

19:00 **Igraszki losu** – komedia romantyczna, USA 2001 ★★
21:00 **Rakieta na Księżyc** ★ – film s.f., USA 1958
22:30 **Dom na Nawiedzonym Wzgórzu** – horror, USA 1959, wyk. Vincent Price ★★
0:10 **Klątwa skorpiona** ★★★ – komedia, Niem./USA 2001
1:50 **Magazyn Filmowy Premiery**
2:15 **Młode lwy** (14-16) – serial kryminalny, Australia

FILMBOX EXTRA

8:00 **Coco Chanel** (1/2) – film obycz., Wł./Fr./W. Bryt. 2008 ★★
9:35 **Straż przybrzeżna** (7)
10:15 **Niania w akcji** – kom. karate, Hongkong 2006 ★
12:35 **SexiPistols** – western kom., Fr./Meksyk/USA 2006 ★★
14:05 **Siła złego na jednego** ★★★ – kom. obycz., Niemcy 2004
15:45 **Tess** – dramat obyczajowy, W. Bryt./Fr. 1979 ★★★
18:35 **Na koniec świata** (1/3) ★★ – film przygodowy, Wielka Brytania 2005
20:10 **Coco Chanel** (1/2) – film obycz., Wł./Fr./W. Bryt. 2008 ★★
21:50 **Straż przybrzeżna** (9, 10)
23:15 **Domino** – film sensacyjny, USA/Francja 2005 ★★
1:25 **Sceny z życia intymnego** ★★ – komediodramat, Wielka Brytania 2006

CANAL+

7:10 ✗ **Łapu-capu**
7:20 ✗ **Nie przegap** – mag.
7:30 **Amerykański tata 4**
8:00 **Jak być kochaną** – dramat psycholog., Polska 1962 ★★★
9:45 **Gra dla dwojga** – thriller, USA/Niemcy 2009 ★★
12:00 **Eureka 4** (1) – serial s.f., USA 2010
12:45 **Czarodziej z Harlemu** ★★ – komedia, Polska 1988
14:05 **Kocham cię, Beth Cooper** ★★ – kom., Kanada/USA 2009
15:45 **Wyłącznie Sinatra** – film obycz., W. Bryt. 2001 ★★
17:20 **Ludzie z City** – film dok., W. Bryt. 2009
18:20 **Służąca** – dram. obycz., Chile/Meksyk 2009 ★★
20:00 **Łapu-capu**
20:10 **Amerykański tata 4**
20:35 ✗ **Nie przegap** – mag.
20:45 ✗ **Łapu-capu**
20:50 **Minisport+**
21:00 **Fighting** – dramat sensacyjny, USA 2009 ★★
23:00 PREMIERA: **Ulice we krwi** ★★ – film sens., USA 2009
0:40 PREMIERA: **Czarny autobus** – film dok., Izrael 2009

CANAL+ FILM

12:35 **Łapu-capu**
12:50 **Nie przegap** – mag. inf.
13:00 **Szybko i wściekle** – film sensacyjny, USA 2009 ★★
14:45 DESER: **Gdzie byłem przez całe Twoje życie?**
15:10 **Dom bez okien** – film psycholog., Polska 1962 ★★
16:50 **Fame: Sława** – film muzyczny, USA 2009 ★★
18:40 **Detektyw Monk 8** (13)
19:30 **Aktualności filmowe**
20:00 **12 mężczyzn z kalendarza** ★★ – kom. romant., USA 2009
21:30 **Franklyn** – thriller, Francja/Wielka Brytania 2008 ★★
23:10 **Powrót na ring** – dramat obyczajowy, USA 2009 ★★
0:40 **Ulice we krwi** – film sensacyjny, USA 2009 ★★
2:15 **Show** – film sensacyjny, Polska 2003 ★★

HBO

6:00 **Amerykańska dziewczynka** – film familijny, USA 2009 ★★
7:30 **Filmy i gwiazdy** – mag.
8:00 **Po drugiej stronie** – kom. romantyczna, USA 2008 ★★
9:45 **Góra czarownic** – film przygodowy, USA 2009 ★★
11:25 **Brzydka prawda** – kom. romantyczna, USA 2009 ★★
13:00 **Noce w Rodanthe** – dram. obycz., USA/Australia 2008 ★★
14:40 **Wszyscy mają się dobrze** ★★★ – dramat obyczajowy, USA/Włochy 2009
16:20 **Po prostu Peck** – komedia obyczajowa, USA 2009 ★★
17:55 **Dean Spanley** ★★ – komediodramat, Nowa Zelandia/W. Bryt. 2008
19:40 PREMIERA: **Na planie**
20:10 PREMIERA: **Popiołki** ★★ – dramat biograficzny, Wielka Brytania/Hiszpania 2008
22:05 **Amerykańska zbrodnia** ★★★ – dramat krym., USA 2007
23:45 **Kobiety w opałach** ★★ – komedia, USA 2009
1:20 **W sieci kłamstw** – film sensacyjny, USA 2008 ★★★

HBO 2

9:45 **Rachel wychodzi za mąż** ★★ – dramat obycz., USA 2008
11:40 **Rok pod psem** ★★ – komedia, USA 2009
13:00 **Grę czas zacząć** – kom., USA/Kanada 2010 ★★
14:55 **Boisko z marzeń** – film familijny, Hiszp. 2008 ★★
16:45 **Świat na szóstkę** ★★ – komedia, USA 2003
18:20 **Helen** – dram. obycz., Kan./USA/W. Bryt./Niem. 2009 ★★
20:20 **Tajne przez poufne** ★★★ – kom. krym., USA/Fr. 2008
22:00 **HBO Stand Up Comedy Club** – pr. rozr., Pol.
22:30 **Mogło być gorzej** (1)
23:00 **Terminator: Ocalenie** ★★ – thriller s.f., USA/Niemcy/Wielka Brytania/Włochy 2009
0:50 **Ojcze nasz. Krew z krwi** ★★ – thriller, USA/Argentyna '07

TCM

7:25 **Listonosz i rabusie** ★ – kom., W. Bryt. 1962
9:00 **TCM Shorts: Ania Dąbrowska** – wywiad
9:30 **TCM Shorts: Andrzej Wajda** (1) – wywiad
9:40 **Na szczęście** – komedia, USA 1959, wyk. Deborah Kerr ★
11:30 **Dwa tygodnie miłości** ★ – komedia, USA 1950
13:10 **Na szczęście** – komedia, USA 1959, wyk. Deborah Kerr ★
15:00 **Masz wiadomość** – kom. romantyczna, USA 1998 ★★
17:10 **Oddać wszystko** – dramat obyczajowy, USA 1957 ★
19:00 **Słodki ptak młodości** ★ – dramat obycz., USA 1962
21:00 **Jak tylko potrafisz** ★★ – komedia, USA 1980
23:00 **Bitwa o whisky** ★ – kryminał, USA 1970
0:45 **Na wrogiej ziemi** ★★ – dramat obyczajowy, USA 1989

TV 1000

6:00 **Odmienne stany moralności** ★★ – dramat kryminalny, USA 2003
8:00 **Polowanie na króliki** ★★★ – dramat obyczajowy, Australia 2002
10:00 **Wieczna miłość** – dramat biograf., USA/W. Bryt. 1994 ★★★
12:00 **Stacja** – kryminał, Polska 2001 ★★
14:00 **Marzyciele** – dramat obycz., Wł./Fr./W. Bryt. 2003, wyk. Michael Pitt ★★
16:00 **Randki w ciemno** – kom. romantyczna, USA 2006 ★
18:00 **Śledząc** – dramat krym., W. Bryt. 1998 ★★
20:00 **Historia Wendella Bakera** ★★ – komediodram., USA 2005
22:00 **1408** – thriller, USA 2007, wyk. John Cusack ★★
0:00 **48 Ore** – film erotyczny, Włochy 2006 ★
2:00 **Always Forever** – film erotyczny, USA 2008 ★

CINEMAX

6:00 **Wielki napad na pociąg** ★★ – film sens., W. Bryt. 1979
7:50 **Mama jest u fryzjera** ★★ – dramat obycz., Kan. 2008
9:25 **Patch Adams** ★ – komediodramat, USA 1998
11:15 **Złodzieje motorów**
11:35 **Pole miłości** – dramat obyczajowy, USA 1992 ★★
13:20 **Listy do Jenny** – dramat obyczajowy, Argentyna/Hiszpania/Izrael 2007 ★★
14:55 **Biały balonik** – film obyczajowy, Iran 1995 ★★
16:20 **Człowiek, który chciał być królem** – film przyg., W. Bryt./USA 1975 ★★
18:25 **Puchar Himalajów** – kom. obycz., Bhutan/Australia 1999 ★★
20:00 **W zawieszeniu** – dramat sensacyjny, USA 1999 ★★
22:05 **Amerykański gangster** ★★★ – film sens., USA 2007
0:40 **Zaufanie** – komediodram., Wielka Brytania/USA 1990 ★★

CINEMAX 2

6:00 **Gloria** – thriller, USA 1980, wyk. Gena Rowlands ★★★
8:00 **Amreeka** – dramat obycz., USA/Kan. 2009 ★★
9:35 **Zrób mi przyjemność** ★★ – komedia, Francja 2009
11:00 **Rozpaczliwie poszukując Susan** – kom., USA 1985 ★★
12:45 **Szczęśliwe dni** – dramat obyczajowy, USA 1971 ★★
14:15 **Wielki napad na pociąg** ★★ – film sens., W. Bryt. 1979
16:05 **Patch Adams** ★ – komediodramat, USA 1998
18:00 **Gloria** – thriller, USA 1980, wyk. Gena Rowlands ★★★
20:00 **Listy do Jenny** – dramat obyczajowy, Argentyna/Hiszpania/Izrael 2007 ★★
21:35 **Max Manus** – dram. wojenny, Norwegia/Dania/Niem. 2008
23:30 **Wendy i Lucy** – dramat obyczajowy, USA 2008 ★★
0:50 **Mamusia i tatuś** – horror, Wielka Brytania 2008 ★★

HBO COMEDY

10:50 **Znów mam 17 lat** ★★ – komedia, USA 2009
12:30 **Narzeczony mimo woli** ★★ – kom. romant., USA 2009
14:20 **Zakochana złośnica** ★ – kom. romant., USA 1999
15:55 **Różowe lata siedemdziesiąte 6** (25)
16:20 **Różowe lata siedemdziesiąte 7** (1)
16:45 **Znów mam 17 lat** ★★ – komedia, USA 2009
18:25 **Anioły SA** – komedia muzyczna, Hiszpania 2007 ★★
20:05 **Znudzony na śmierć** (4) – serial komediowy, USA
20:30 PREMIERA: **Osobowość mnoga Ala Murraya** (7) – serial kom., W. Bryt.
20:55 **Ptaki Amerykі** ★★ – komediodram., USA 2008
22:20 **Gra dla dwojga** – komedia romantyczna, USA 2001 ★★
23:50 **Znudzony na śmierć** (4) – serial kom., USA

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych ✗ – niekodowany

PO WT ŚR CZ

AXN



6:00 **Medium 5** (10) – serial kryminalny, USA 2009
7:00 **Battlestar Galactica** (4) – serial s.f., USA 2004
8:00 **Lost: Zagubieni 5** (11) – serial przyg., USA 2009
9:00 **Tajemnice Smallville 2** (11) – serial s.f., USA/Kanada 2002-2003
10:00 **Diagnoza: morderstwo** (6) – serial krym., USA 1993
11:00 **Zdarzyło się jutro 3** (16) – serial sens., USA 1999
12:00 **Battlestar Galactica** (4) – serial s.f., USA 2004
13:00 **Medium 5** (11) – serial kryminalny, USA 2009
14:00 **Tajemnice Smallville 2** (11) – serial s.f., USA/Kanada 2002-2003
15:00 **Diagnoza: morderstwo** (7) – serial krym., USA 1993
16:00 **Zdarzyło się jutro 3** (17) – serial sens., USA 1999
17:00 **Lost: Zagubieni 5** (12) – serial przyg., USA 2009
18:00 **Tajemnice Smallville 2** (12) – serial s.f., USA/Kanada 2002-2003
19:00 **Battlestar Galactica** (5) – serial s.f., USA 2004
20:00 **Dr House 3** (15) – serial obyczajowy, USA 2007
21:00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 8** (13) – serial krym., USA/Kanada 2010
21:55 **Zoom** – mag. rozrywk.
22:00 **Obrońcy** (3) – serial obyczajowy, USA 2010
23:00 **Zabójcze umysły 5** (8) – serial kryminalny, USA/Kanada 2009
0:00 **Dr House 3** (15) – serial obyczajowy, USA 2007
1:00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 8** (13) – serial krym.

FOX LIFE



6:10 **Kim jest Samantha? 2** (15) – kom., USA 2008
6:40 **Cougar Town: Miasto kocic** (15) – kom., USA
7:05 **Top Model. Edycja brytyjska 3** (10)
8:00 **Gotowe na wszystko 4** (9) – serial obycz., USA 2007
9:00 **Czarodziejki** (9) – serial fantasy, USA 1998
9:50 **Prywatna praktyka 2** (13) – obycz., USA 2008
10:45 **Zaklinacz dusz 4** (17) – serial fantasy, USA 2008
11:40 **Grey's Anatomy: Chirurdzy 6** (7) – serial obyczajowy, USA 2009
12:35 **Czarodziejki** (10) – serial fantasy, USA 1999
13:30 **Powrót na October Road 2** (11) – obycz., 2008
14:25 **Gotowe na wszystko 4** (10) – obycz., USA 2007
15:20 **Zaklinacz dusz 4** (18) – serial fantasy, USA 2008
16:20 **Prywatna praktyka 2** (14) – obycz., USA 2008
17:10 **Grey's Anatomy: Chirurdzy 6** (8) – serial obyczajowy, USA 2009
18:10 **Czarodziejki** (11) – serial fantasy, USA 1999
19:10 **Kim jest Samantha? 2** (16) – kom., USA 2008
19:35 **Cougar Town: Miasto kocic** (16) – kom., USA
20:05 **Prywatna praktyka 2** (15) – obycz., USA 2008
21:00 **America's Next Top Model 8** (13) – reality show, USA 2003
22:00 **Lista ex** (13) – serial komediowy, USA 2008
22:55 **Słowo na L 4** (7) – obycz.
23:50 **Grey's Anatomy: Chirurdzy 6** (8) – obycz.

COMEDY CENTRAL



6:00 **Ukryta kamera**
7:00 **On, ona i dzieciaki 4** (29, 30) – serial kom., USA
7:50 **8 prostych zasad 2** (5, 6) – serial kom., USA 2002
8:40 **Sposób użycia 3** (7, 8) – serial kom., USA 2009
9:30 **Dharma i Greg 5** (18, 19) – serial kom., USA 1997
10:20 **Kasia i Tomek 4** (30, 31) – kom., Polska 2002-2003
11:15 **Hoży doktorzy 3** (5, 6) – kom., USA 2003-2004
12:10 **Wszyscy nienawidzą Chrisa** (21, 22) – serial komediowy, USA 2005
13:00 **Jak poznałem waszą matkę 4** (19, 20) – serial kom., USA 2008-2009
13:55 **Dharma i Greg 5** (20, 21) – serial kom., USA 1997
14:50 **Kasia i Tomek 4** (32) – kom., Polska 2002-2003
15:20 **Kasia i Tomek 2** (1) – serial kom., 2003
15:45 **Jak poznałem waszą matkę 4** (21, 22) – serial kom., USA 2008-2009
16:40 **8 prostych zasad 2** (3, 4) – serial kom., USA 2002
17:35 **On, ona i dzieciaki 5** (1, 2) – serial komediowy, USA 2004-2005
18:25 **Jak poznałem waszą matkę 5** (1, 2) – serial kom., USA 2009-2010
19:20 **Hoży doktorzy 3** (7, 8) – kom., USA 2003-2004
20:10 **Dwóch i pół** (7, 8) – serial komediowy, USA 2003
21:00 **Nowe przygody „starej" Christine 5** (4-7) – serial kom., USA 2009-2010
22:45 **Seks w wielkim mieście 2** (6, 7) – kom.
23:45 **Ostre cięcie** (7, 8)

UNIVERSAL CH.



7:20 **Sprawa dla Frosta** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2001
9:00 **Nash Bridges** (7) – serial sensacyjny, USA 1996
10:00 **Bez pardonu 2** (19) – serial krym., USA 2002
11:00 **Strażnik Teksasu 4** (9) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
12:00 **Prawdziwe powołanie** (1) – serial s.f., USA 2005
13:00 **Nash Bridges** (7) – serial sensacyjny, USA 1996
14:00 **Strażnik Teksasu 4** (9) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
15:00 **Bez pardonu 2** (19) – serial krym., USA 2002
16:00 **Świry** (11) – serial kryminalny, USA 2007
17:00 **Nash Bridges** (7) – serial sensacyjny, USA 1996, wyk. Don Johnson
18:00 **Strażnik Teksasu 4** (9) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
19:00 ★★ **Prawdziwe powołanie** (1) – serial s.f., USA/Niemcy 2000, wyk. Eliza Dushku
20:00 **Świry** (11) – serial kryminalny, USA 2007, wyk. James Roday
21:00 **Tożsamość śledztwa** (1) – serial krym., Kanada 2010, wyk. Callum Keith Rennie
22:00 **Siostra Jackie** (1) – serial komediowy, USA 2009, wyk. Edie Falco
22:45 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2002-2003, wyk. David Caruso
0:45 **Tożsamość śledztwa** (1) – serial krym., Kan. 2010
1:45 **Bez pardonu 3** (1) – krym.

POLSAT 2



6:00 **Wydarzenia**
6:30 **Graczykowie** (13) – serial kom., Pol. 1999
7:00 **Gra w ciemno** – telet.
8:00 **Pierwsza miłość** (1192) – serial obycz., Polska 2010
8:45 **Samo życie** (1528) – serial obycz., Polska 2010
9:30 **Tajemnice losu** – program rozrywkowy
10:15 **Tylko miłość** (48) – serial obycz., Polska 2008
11:15 **Gra w ciemno** – telet.
12:05 **Interwencja** – magazyn
12:30 **Drogówka** (288) – mag.
13:00 **Daleko od noszy** (80) – serial kom., Polska 2005
13:30 **Świat według Kiepskich** (187) – kom.
14:00 **Rodzina zastępcza plus** (307) – kom., Polska 2009
15:00 **Mamuśki** (3) – serial komediowy, Polska 2007
15:30 **Synowie, czyli po moim trupie!** (24) – serial komediowy, Polska 2009
16:00 **Adam i Ewa** (118) – telenowela, Pol. 2001
16:30 **Gra w ciemno** – telet.
17:30 **Wydarzenia**
18:00 **Drogówka** (289) – mag.
18:30 **Malanowski i partnerzy** (235) – serial fab.-dok., Pol. 2010
19:00 **Graczykowie** (14) – serial kom., Pol. 2000
19:40 **Interwencja** – magazyn
20:00 **Wydarzenia**
20:45 **Pierwsza miłość** (1193) – serial obycz., Pol. 2010
21:30 **Samo życie** (1529) – serial obycz., Pol. 2010
22:00 **Rodzina zastępcza plus** (308) – kom., Pol. 2009
23:00 **Świat według Kiepskich** (188) – kom.

AXN CRIME

6:00 Blok promocyjny AXN Crime **11:00** Columbo 7 (2) **12:30** Largo 2 (12) **13:35** T.J. Hooker 5 (1) **14:35** Internat 4 (6) **16:10** Wzór 5 (1) **17:10** T.J. Hooker 5 (2) **18:10** Petrocelli 2 (3) **19:15** Largo 2 (13) **20:15** Internat 4 (6) **21:50** Wzór 5 (1) **22:50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 5 (3) **23:50** Paco i jego ludzie 5 (22)

AXN SCI-FI

8:00 Teleshop **9:00** Battlestar Galactica 4 (14, 15) **11:00** Teleshop **13:00** Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (15) **14:00** Łowcy duchów 3 (16) **15:00** V 2 (16) **16:00** Battlestar Galactica 4 (14, 15) **18:00** Gwiezdne wrota 9 (19, 20) **20:00** Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (16) **21:00** V 2 (17) **22:00** Battlestar Galactica 4 (16, 17) **0:00** Łowcy duchów 3 (16)

POLSAT FILM

12:45 Czy Święty Mikołaj się rozwodzi? – kom., USA/Niem. 2002 **14:25** Gra o życie – dram. obycz., USA 1993, wyk. Michael Keaton **16:50** Kaktus – kom. obycz., Fr. 2005 **18:55** Jeszcze raz Pearl Harbor – film s.f., USA 1979 **21:00** Królowie Dogtown – dram. sens., Niem./USA 2005 **23:20** O czym marzą faceci – kom. krym., USA 2001 **1:20** Zza kamery...

N FILM HD

13:55 Bilet do kina **14:15** Rin Tin Tin – film familijny, Bułgaria/USA 2007 **15:45** Hollywood Buzz **16:15** Rzeka ocalenia – dramat krym., USA 2008 **17:50** Bilet do kina **18:10** Baby Love – komedia, Fr. 2008 **19:45** Hot Spot **20:00** Pamiętniki wampirów 2 (5) **20:45** Nocny kowboj – dramat obyczajowy, USA 1969 **22:50** Hot Spot **23:05** Queer as Folk 2 (13)

MOVIES 24

12:20 Perry Mason: Mistrzowski morderca – kryminał, USA 1989 **14:20** Skrywana tajemnica – dram. psycholog., USA 2000 **16:10** Dotyk zła – dram. obycz., USA 1997 **18:00** Perry Mason: Pomścić asa – kryminał, USA 1988 **20:00** Gdzie Bóg zostawił buty – dram. obycz., USA 2007 **22:00** Między braćmi – obycz., USA 2005 **0:00** Zakazane rozkosze – erot., USA

MGM HD

14:10 Inna kobieta – film obycz., USA 1988 **15:30** Wewnętrzna sprawa CIA – kom. sens., USA 1991 **17:10** Sieć – dram. obycz., USA 1976 **19:10** Czysta – dram. obycz., Kan./Fr./W. Bryt. 2004 **21:00** Idealna dziewczyna – komedia romantyczna, USA 2002 **22:30** Piekielny motel – horror kom., USA 1980 **0:10** Klan wojowniczek – film sens., Hongkong 1978

ZONE ROMANTICA

13:00 Kraina namiętności (92) **14:00** Droga do Indii (130) **15:00** Kobieta ze stali (55) **16:00** Grupa – komedia obycz., Wł. 2003 **18:00** Ojciec Coraje (118) **19:00** Kraina namiętności (93) **20:00** Kobieta ze stali (56) – telen., Meksyk **21:00** Droga do Indii (131) **22:00** Madame (1/2) – dram. obycz., Wł. 2004 **0:00** Kraina namiętności (93)

ZONE CLUB

15:00 Przyjęcia specjalne (6) **15:30** Moda dla każdego (12) **16:00** A właściwie czyj to ślub? (31) **17:00** Zmień swój styl (5) **18:00** Swatka (3) **18:30** Potyczki na nożyczki (8) **19:30** 10 lat mniej (93) **20:00** Boskie wnętrza (122) **20:30** Od stóp do głów (40) **21:00** Gospodynie z kasą (9) **22:00** Porady różowej brygady 2 (26) **23:00** 10 lat mniej (66)

POLONIA 1

6:30 Gigi **6:50** Tygrysia maska **7:15** Ty albo nikt (46) **7:45** Top Shop **19:00** Namiętności (26) **19:45** Moje trzy siostry (5) **20:45** Ocean (4) **22:45** Erotyczna giełda **23:00** Porno filmy **23:20** Mocna ekstaza **23:30** Sex TV **23:40** Porno TV **23:50** Zaniedbywane **0:10** Porno TV **0:20** Reflex **0:30** Sex TV **0:45** Porno TV **1:00** Sex show **1:15** Pornoteka

ZONE REALITY

13:00 Patrol na plaży Bondi **14:00** Powiedz mi, kim jesteś **15:00** Linia życia **16:00** To cud **17:00** Patrol na plaży Bondi **18:00** Powiedz mi, kim jesteś **19:00** Kuchenne brudy **19:30** Bez wyjścia **20:00** Niewyjaśnione tajemnice **21:00** Dżentelmeni, którzy zabijają **22:00** Nasze śledztwo: Prawdziwi agenci CSI **23:00** To zostało nagrane!

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych ✗ – niekodowany

POLSAT CAFE

- 6:45 **Telemarket**
- 7:00 **Looksus** – magazyn
- 7:30 **Tydzień z teściową** (3)
- 8:30 **Jem i chudnę** – magazyn
- 9:00 **Wielka nastolatka**
- 10:15 **Moda za 500** (8) – mag.
- 10:45 **Aleja sław** – magazyn
- 11:15 **Kobieta Cafe** (1)
- 12:15 **Grunt to rodzinka**
- 13:15 **Za kulisami Hollywood**
- 14:15 **Akademia łajdaków**
- 15:15 **Jak zachować młodość** (1/2) – film dokumentalny
- 16:15 **mała Czarna** – talk-show
- 17:10 **Kobieta Cafe** (2)
- 18:10 **Gwiazdy na dywaniku**
- 18:40 **Fabryka urody** (7) – magazyn poradnikowy
- 19:10 **Moment prawdy**
- 20:05 **O oddech od śmierci** – film dokumentalny
- 21:05 **Kobieta Cafe** (3)
- 22:05 **Sexy mama** (5) – magazyn poradnikowy
- 22:35 **Za kulisami Hollywood** – serial dokumentalny
- 23:35 **Supermodele** (9)
- 0:30 **Zabić z miłości** (10)
- 1:00 **Kobieta Cafe** (30)

POLSAT PLAY

- 12:30 **Gadżety** – mag.
- 13:00 **W obliczu śmierci – GOPR** (10)
- 13:30 **Wysportowani** – mag.
- 14:00 **Aniołki Charliego** (1)
- 15:30 **Samo się nie zrobi** (10)
- 16:00 **Linia życia – Biografie**
- 17:00 **Eskapada: Play USA Tour**
- 17:30 **Tam, gdzie nie wolno zaglądać** – mag.
- 18:00 **Zwariowane wyprawy** (10) – serial dokum.
- 18:30 **Monoślad** – mag. motor.
- 19:00 **Ochroniarze** (10)
- 19:30 **Wędkarskie przygody Reksa Hunta** (1)
- 20:00 **Punkt krytyczny** (4)
- 21:00 **KamaSutra** (5) – pr. rozr.
- 21:50 **Łowcy nazistów** (11)
- 23:00 ★ **Sophie – seks z wyższych sfer** – film erotyczny, Francja 2006

DOMO

16:40 Twoje – moje pokoje 3 (3) **17:15** Wnętrza (103) **18:00** Sąsiedzi **18:10** Spryciula (15) **18:35** Ratujcie moją łazienkę (18) **19:00** Gardeners' World (4)

20:00 Ambroży Price zostaje dekoratorem (8) **20:30** Niebiański ogród (3) **21:00** Design – istota rzeczy (7) **21:30** Carter potrafi (5) **22:00** Ogrody Edenu (1) **23:00** IKEA w płaskiej paczce

KUCHNIA TV

18:30 Podróż kucharza (20) **19:00** Domowy kucharz (13) **19:30** Kuchnia jak życie (48)

20:00 Kulinarne podróże Sary Wiener (6) **20:30** Anna Olson: Sezon na świeżość 2 (25) **21:00** Gary Rhodes w kuchni przez cały rok (2) **21:30** Łatwa kuchnia indyjska 2 (3) **22:00** Rick Stein i kuchnia śródziemnomorska (6) **23:00** Słodki James (6)

TVN STYLE

- 8:00 **O tym się mówi** – mag.
- 8:15 **SOS Uroda 6** – magazyn
- 8:45 **Miasto kobiet** – mag.
- 9:50 **Pora do szkoły**
- 10:00 **Sposób na teściową**
- 10:30 **Lekcja stylu 8** – magazyn
- 11:00 **Świat według dziecka 5**
- 11:30 **Cofnąć czas 2** – mag.
- 12:40 **Między nami rodzicami 2**
- 13:10 **Co za tydzień** – mag. inf.
- 13:50 **Jak dobrze wyglądać nago** – serial dokum.
- 14:50 **Miasto kobiet** – mag.
- 16:00 **Świat według dziecka 5**
- 16:30 **Między nami rodzicami 2**
- 17:00 **Ratuj dom, kto może**
- 17:30 **66 niezapomnianych filmów** – magazyn
- 18:00 **Druga strona medalu 3**
- 18:30 **Po mojemu – Wojciech Cejrowski 3** – pr. rozr.
- 19:00 **Programy dla dzieci**
- 20:00 **Cofnąć czas 2**
- 21:07 **10 kilo do zrzucenia**
- 21:35 **Jak dobrze wyglądać nago** – serial dokum.
- 22:35 **Druga strona medalu 3**
- 23:05 **Wiem, co jem**
- 23:35 **66 niezapomnianych filmów**

BBC ENTERTAINMENT

- 7:30 **Dalziel i Pascoe** (5)
- 8:30 **Tylko głupcy i konie** (5)
- 9:10 **Doktor Who** (7, 8)
- 11:00 **Gwiazda stylu** (6)
- 12:00 **Najsłabsze ogniwo**
- 12:55 **Hotel Zacisze** (6)
- 13:35 **Dalziel i Pascoe** (5)
- 14:40 **Doktor Who** (7)
- 15:00 **Tylko głupcy i konie** (4)
- 15:40 **Hotel Zacisze** (6)
- 16:15 **Gwiazda stylu** (6)
- 17:15 **Prawdziwe przekręty** (3)
- 17:55 **Najsłabsze ogniwo**
- 18:50 **Mistrz Kuchni: Australia** (9) – pr. rozrywkowy
- 19:50 **Allo, Allo** (5)
- 20:25 **Moja rodzinka 5** (10)
- 21:00 **Sprawy inspektora Lynleya** (5)
- 22:00 **Milczący świadek** (9)
- 23:05 **Pogotowie remontowe** (1, 2) – serial dokum.

BBC KNOWLEDGE

12:00 Top Gear 5 (3)

13:00 Wojownicy (2) **14:00** Rytuały (6) **15:00** Stephen Hawking i teoria wszystkiego (2) **16:00** Chcę być... (2) **17:00** Top Gear 5 (3) **18:00** W strefie wojny (8) **19:00** Syn Boga (3)

20:00 Zwrotnik Raka (4) **21:00** Nauka i zbrodnia (13) **22:00** Podróż do gwiazd: planety (1) **23:00** Top Gear 5 (4) **0:00** W strefie wojny (8)

BBC LIFESTYLE

14:05 Gwiazda stylu (6) **14:55** Domowe rewolucje (10) **15:55** Dzieciaki XXI wieku (1) **17:00** Cała prawda o jedzeniu (1, 2) **19:00** Pogotowie remontowe 17 (1, 2)

20:00 Domowe rewolucje (11) **21:00** Zapraszam do stołu (45, 46) **22:00** Dolce Vito: Restauracja marzeń – powrót (5, 6) **23:05** Kuchenne koszmary (3) **0:05** Pogotowie remontowe 17 (1, 2)

PLANETE

- 6:45 **Samoloty wojskowe na świecie** (1, 2/17)
- 9:00 **Parki narodowe. Chluba Ameryki** (11, 12-ost.)
- 11:00 **Siostry** – film dok., Polska
- 11:20 **11 września. Pytania bez odpowiedzi** – film dok.
- 13:10 **W przeddzień** (4-ost.)
- 14:10 **Pies w akcji 4** (5, 6)
- 15:10 **Zanim przekłną nas dzieci** (1/2) – film dok., Fr.
- 16:15 **Podwórkowe mądrości** (11) – serial dok.
- 16:50 **Tętno pierwotnej puszczy** (5-ost.)
- 17:25 **Uśmiechaj się, aż zaboli**
- 18:25 **Ushuaia, czyli wszystko w naturze** (11-ost.)
- 20:15 **Wigierski Park Narodowy**
- 21:05 **Za kulisami specnazu** (1, 2-ost.) – film dok.
- 23:05 **Witamy w nanoświecie** (3) – serial dok., Fr. 2009
- 0:05 **W przeddzień** (2)
- 1:05 **Ameryka. Apogeum zła** (1/4) – serial dokum.
- 2:00 **Rosyjska wściekłość**
- 2:40 **Z innej strony – Francja** (1/2) – film dok., Polska
- 3:15 **Zakończenie**

ANIMAL PLANET

- 8:00 **Przetrwać suszę**
- 9:00 **Niezwykłe zdolności naszych ulubieńców**
- 10:00 **Szkoła safari** (14)
- 10:30 **Słonica Echo z Amboseli**
- 11:00 **Rekordy zwierząt**
- 12:00 **Weterynarz bez granic**
- 13:00 **Życie zwierząt**
- 14:00 **Miasto małp** – Obcy
- 14:30 **Wyspa orangutanów**
- 15:00 **Pierwszy rok życia pandy**
- 16:00 **Pandy w niebezpieczeństwie**
- 17:00 **Wszystko o kotach**
- 18:00 **Szkoła safari** (15)
- 18:30 **Słonica Echo z Amboseli**
- 19:00 **Jadowite Vegas**
- 21:00 **Zaklinacz węży**
- 21:30 **Dzikość bez cenzury**
- 22:30 **Policja dla zwierząt w Phoenix**
- 23:30 **Na posterunku**

TLC

6:00 Cukiernicy na start **7:00** Kulinarna Grecja **7:30** Szef kuchni w Twoim domu **8:00** Rodzina 2 + 8 **9:00** Salon sukien ślubnych **10:00** Medyczne zagadki **11:00** Ciąża z zaskoczenia **11:30** Rodzina 2 + 8 **12:30** Cukiernicy na start

13:30 Kulinarna Grecja – Magiczne oliwki **14:00** Miami Ink – studio tatuażu – Rozstanie **15:00** Wstydliwa prawda – Mam nerwicę natręctw **16:00** Słodki biznes – Pizza, pies i teść **17:00** Dom na nowo – Zajazd przy Linden Row **18:00** Cukiernicy na start – Lato rekinów **19:00** Jak się nie ubierać? – Vikki

20:00 Miami Ink – studio tatuażu – Złość Amiego **21:00** Ciąża z zaskoczenia – Najstarsza pierworódka **21:30** Premiera: Moda ubiera się u Kell (1) **22:30** Doktor G – najbardziej szokujące przypadki (4) **23:30** Urazówka – życie i śmierć w izbie przyjęć

DISCOVERY CH.

- 6:00 **Producenci motocykli**
- 7:00 **poTURBOwani** (5)
- 8:00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
- 9:00 **Brudna robota**
- 10:00 **Sekundy grozy** (43, 44)
- 11:00 **Amerykański chopper**
- 12:00 **Szkoła przetrwania**
- 13:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
- 14:00 **Brudna robota**
- 15:00 **Jak to jest zrobione?**
- 16:00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
- 17:00 **Amerykański chopper**
- 18:00 **Szkoła przetrwania**
- 19:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
- 20:00 **Jak to jest zrobione?** (3)
- 20:30 PREMIERA: **Brudna robota** (3)
- 21:30 **Człowiek kolos – kilkadziesiąt kilogramów później**
- 22:30 **Szkoła przetrwania**
- 23:30 **Przeżyć katastrofę**
- 0:30 **Wszystko o gangach**
- 1:30 **Sekundy grozy** (12)
- 2:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**

DISCOVERY WORLD

- 6:00 **Inżynieria ekstremalna**
- 7:00 **Broń przyszłości**
- 8:00 **Pola bitew**
- 9:00 **Co wiedzieli starożytni**
- 10:00 **Z akt FBI**
- 11:00 **Legendy u schyłku życia**
- 12:00 **Inżynieria ekstremalna**
- 13:00 **Katastrofy**
- 14:00 **Szalona prędkość**
- 14:30 **Człowiek, który przetrwa wszystko**
- 15:30 **Historia oręża**
- 16:30 **Pola bitew**
- 17:30 **Z akt FBI**
- 18:30 **Legendy u schyłku życia**
- 19:30 **Inżynieria ekstremalna**
- 20:30 **Historia oręża** – Myśliwce
- 21:30 **Strach, szok i filmy wideo**
- 22:30 **Moja szokująca historia**
- 23:30 **O krok od śmierci**
- 0:30 **Broń przyszłości**
- 1:30 **Strach, szok i filmy wideo**

DISCOVERY SCIENCE

6:00 Gadget Show (27) **6:30** Tajemnice zwykłych rzeczy (4) **7:00** Brainiac (12) **8:00** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **9:00** Gadżety przyszłości **10:00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **11:00** Jak to jest zrobione? **12:00** Brainiac (13) – serial dokum.

13:00 Kosmiczne safari (2) **14:00** Świat przyszłości **15:00** O co tu chodzi? **16:00** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **17:00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **18:00** Gadget Show (28) **18:30** Jak to jest zrobione? **19:30** Wszechświat według Stephena Hawkinga – serial dok.

20:30 O co tu chodzi? **21:30** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **22:30** Statki olbrzymy **23:30** Łowcy grozy **0:30** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **1:30** Tajemnice zwykłych rzeczy (5) **2:00** Wszechświat według Stephena Hawkinga

NATIONAL GEOGR.

- 8:00 **Gdzie umierają pingwiny**
- 9:00 **Wielkie migracje**
- 10:00 **Abdykacja grizzly**
- 11:00 **Wielka wyprawa do Afryki**
- 12:00 **Czysta nauka**
- 13:00 **Megafabryki**
- 14:00 **Ewangelia według Judasza**
- 15:00 **Wojna śmigłowców**
- 16:00 **Piekło hipopotamów**
- 17:00 **Złapany na gorącym uczynku** – Życie w dziczy
- 18:00 **Zaklinacz psów**
- 19:00 **Katastrofa w przestworzach**
- 20:00 **Duży, wielki, największy** – Okręt Apokalipsy
- 21:00 PREMIERA: **Granica**
- 22:00 **Ostry dyżur na morzu** – Morscy kowboje
- 23:00 **Na ratunek komandosom**
- 0:00 **Granica**
- 1:00 **Ostry dyżur na morzu**
- 2:00 **Duży, wielki, największy**
- 3:00 **Granica**
- 4:00 **Ostry dyżur na morzu**
- 5:00 **Katastrofa w przestworzach**

NATIONAL GEOGR. WILD

6:00 Na ratunek zwierzętom (6) **6:30** Robale z piekła rodem **7:00** Groźne żywioły **8:00** Złapany na gorącym uczynku **9:00** Polowanie na wodne potwory **10:00** Badacze rekinów **11:00** Groźne żywioły **12:00** Ludzie z bagien

13:00 W krainie jaguara (3) **14:00** Polowanie na wodne potwory

17:00 Na ratunek zwierzętom (11) **17:30** Małpi biznes (1) **18:00** Ludzie z bagien – Ucieczka krokodyla **19:00** W krainie jaguara (3)

20:00 Złapany na gorącym uczynku – Niebezpieczne gry **21:00** Prehistoryczne drapieżniki **22:00** Polowanie na wodne potwory – Połowy gołymi rękami; Latające potwory **0:00** Prehistoryczne drapieżniki – Rekin potwór **1:00** Polowanie na wodne potwory

TRAVEL CHANNEL

- 8:00 **Podróże po świecie**
- 8:30 **Esencja podróży**
- 9:00 **Szef kuchni za granicą**
- 9:30 **Spragniony podróżnik**
- 10:00 **Nieustraszony podróżnik** (1) – Namibia
- 11:00 **Obieżyświat**
- 12:00 **Kuchnie świata**
- 13:00 **Azja** – Kanczanaburi
- 13:30 **Najlepsza podróż**
- 14:00 **Podróże po świecie**
- 14:30 **Esencja podróży**
- 15:00 **Obieżyświat**
- 16:00 **Szok kulturowy**
- 16:30 **Szef kuchni za granicą**
- 17:00 **Spragniony podróżnik**
- 17:30 **Azja**
- 18:00 **Obieżyświat**
- 19:00 **Kulinarny atlas świata**
- 20:00 **Hollywood i wina**
- 20:30 **Spragniony podróżnik**
- 21:00 **Kolej Soller**
- 22:00 **Obieżyświat**
- 23:00 **Nieustraszony podróżnik** (5) – Sri Lanka

CANAL+ SPORT

7:00 **Sport+** – mag. sportowy
8:15 **Piłka nożna** – Ekstraklasa – mecz: Polonia Warszawa – Wisła Kraków
10:40 **Piłka nożna** – Liga+ Extra
12:35 **Koszykówka mężczyzn** – NBA – mecz: New Orleans Hornets – San Antonio Spurs
15:05 **Sport+** – mag. sportowy
16:20 **Piłka nożna** – Klub kibica – mecz: Cracovia Kraków – PGE GKS Bełchatów
18:25 **Euroleague Show** – mag.
19:00 **Sport+ Extra** – magazyn sportowy *live*
20:55 **Piłka nożna** – Liga hiszpańska: FC Barcelona – Real Madryt *live* **(s. 48)**
23:15 **Piłka nożna** – Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – FC Parma
1:15 **Piłka nożna** – Klub kibica – mecz: Arka Gdynia – Śląsk Wrocław
3:30 **Czempioni w Plusie** – Marcin Dołęga – mag.
4:30 **Piłka nożna** – Ekstraklasa – mecz: Polonia Warszawa – Wisła Kraków

ORANGE SPORT

9:00 **Ekstraklasa raport**
10:15 **Ligue 1 raport – bez komentarza**
11:15 **Piłka nożna** – Liga portugalska – mecz: Sporting Lizbona – FC Porto
13:00 **Koszykówka mężczyzn** – Zjednoczona Liga VTB: Asseco Prokom Gdynia – Zalgiris Kowno
14:45 **Piłka nożna** – Ekstraklasa
17:00 **Ekstraklasa raport**
18:15 **Ligue 1 raport**
19:00 **Piłka nożna** – Liga angielska: FC Aston Villa Birmingham – Arsenal Londyn
21:00 **Koszykówka mężczyzn** – NBA – mecz: Dallas Mavericks – Miami Heat
23:00 **Bundesliga raport**
23:30 **Sporty walki** – Gala K1 King of Kings World GP 2010

N SPORT

9:05 **Nasza piłka** – magazyn
10:05 **Piłka nożna** – Liga Mistrzów
11:05 **Mój sport, moje życie**
12:05 **Sylwetka** – cykl reportaży
12:30 **Gwiżdżę na to** – mag.
13:05 **Piłka nożna** – Liga Mistrzów
15:05 **Zagraj to jeszcze raz**
15:30 **Sylwetka** – cykl reportaży
16:05 **Mój sport, moje życie**
17:05 **Nasza piłka** – magazyn
18:00 **Serwis** – pr. informacyjny
18:30 **Gwiżdżę na to** – mag.
19:05 **Tydzień na maksa**
19:30 **Magazyn Ligi Mistrzów**
20:00 **Serwis**
20:05 **Poniedziałkowy program piłkarski** *live*
22:00 **Serwis** – pr. informacyjny
22:05 **Sylwetka** – cykl reportaży
22:30 **Legia – stawka większa niż mecz** – serial dokum.
23:00 **Serwis** – pr. informacyjny
23:10 **Poniedziałkowy program piłkarski** – magazyn
1:00 **Zakończenie**

PO
WT
ŚR
CZ

POLSAT SPORT

7:00 **Siatkówka mężczyzn** – Liga Mistrzów – mecz fazy grupowej
9:10 **Piłka ręczna kobiet** – 1. mecz towarzyski: Polska – Turcja
11:20 **Cafe Futbol** – magazyn
12:50 **Siatkówka kobiet** – Superpuchar Polski – mecz: Organika Budowlani Łódź – BKS Aluprof Bielsko-Biała
15:00 **Piłka ręczna kobiet** – 2. mecz towarzyski: Polska – Turcja
17:00 **Siatkówka mężczyzn** – PlusLiga – mecz: Delecta Bydgoszcz – ZAKSA Kędzierzyn – Koźle
19:10 **Boks**
20:10 **Siatkówka mężczyzn** – PlusLiga – mecz: AZS Politechnika Warszawska – PGE Skra Bełchatów
Faworytami rozgrywanego na Torwarze spotkania są aktualni mistrzowie Polski, siatkarze bełchatowskiej Skry.
22:20 **Boks**
0:00 **Zakończenie**

POLSAT FUTBOL

7:00 **Piłka nożna** – Liga ukraińska
9:00 **Piłka nożna** – Liga holenderska – mecz: NAC Breda – PSV Eindhoven
11:00 **Piłka nożna** – Liga rosyjska
13:00 **Piłka nożna** – Liga holenderska: NEC Nijmegen – Twente Enschede
14:30 **Piłka nożna** – Liga rosyjska
16:30 **Piłka nożna** – Liga holenderska: VVV-Venlo – Ajax Amsterdam
18:30 **Cafe Futbol** – magazyn
20:00 **Piłka nożna** – Liga angielska: Newcastle United – Chelsea Londyn
22:00 **Piłka nożna** – Liga angielska – mecz: Tottenham Hotspur – FC Liverpool
0:00 **Piłka nożna**
2:00 **Zakończenie**

POLSAT SPORT EXTRA

7:00 **Trans World Sport**
8:10 **K.O. TV Classics** – mag.
9:10 **Puchar Świata w narciarstwie alpejskim**
9:40 **K.O. TV Classics** – mag.
10:50 **FIFA Futbol Mundial**
11:20 **K.O. TV Classics** – magazyn bokserski
12:30 **Piłka ręczna mężczyzn** – Liga Mistrzów – mecz fazy grupowej
14:30 **K.O. TV Classics** – mag.
15:30 **Piłka ręczna mężczyzn** – Liga Mistrzów – mecz fazy grupowej
17:30 **Piłka ręczna mężczyzn** – Liga Mistrzów – mecz fazy grupowej
19:30 **K.O. TV Classics** – magazyn bokserski
20:30 **Futbol amerykański** – NFL
23:30 **Cafe Futbol** – magazyn piłkarski
1:00 **Zakończenie**

EUROSPORT

8:30 **Narciarstwo alpejskie** – Zawody PŚ w Aspen
9:15 **Narciarstwo alpejskie** – Zawody PŚ w Lake Louise
10:00 **Biegi narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
12:00 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
13:30 **Pływanie** – ME na krótkim basenie w Eindhoven
14:45 **Biegi narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
16:15 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
17:45 **Eurogole** – mag. piłkarski
18:15 **Champions Club** – mag.
19:30 **Piłka nożna kobiet** – MŚ w Niemczech – losowanie *live*
20:15 **Eurogole**
20:50 **Watts**
21:00 **Wrestling** – This Week on World Wrestling Entertainment
21:30 **Wrestling** – Vintage Collection
22:30 **Eurogole** – mag. piłkarski
23:00 **Champions Club** – mag.
0:15 **Eurogole: Jeden na jednego** – magazyn

EUROSPORT 2

12:30 **Piłka nożna** – Liga niemiecka
17:00 **Piłka ręczna mężczyzn** – LM: HC Zagrzeb – SG Flensburg-Handewitt
18:00 **Freestyle motocross** – Gladiator Games w Pradze
18:30 **Piłka nożna** – Liga niemiecka
19:30 **Freeride Spirit**
19:45 **Wiadomości Eurosportu**
20:15 **Piłka nożna** – 2. liga niemiecka – mecz: SpVgg Greuther Fürth – TSV 1860 Monachium *live*
22:15 **Koszykówka mężczyzn** – Liga grecka: Panathinaikos Ateny – Maroussi Ateny
23:15 **Piłka ręczna mężczyzn** – Liga Mistrzów – mecz fazy grupowej: HC Zagrzeb – SG Flensburg-Handewitt
0:00 **Wiadomości Eurosportu**

TVP SPORT

9:00 **Koszykówka mężczyzn** – Tauron Basket Liga – mecz: Zastal Zielona Góra – PGE Turów Zgorzelec
10:55 **Telezakupy** – mag. rekl.
11:30 **Skoki narciarskie** – PŚ
13:15 **Biegi narciarskie** – PŚ
14:20 **Piłka nożna** – mecz charytatywny: Gwiazdy – Dziennikarze TVP
15:30 **Dzień na wyścigach – Służewiec 2010** (65)
16:10 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
18:00 **Piłka nożna** – Liga szkocka
19:55 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
21:35 **Explorers Festival – Łódź 2010: Helikopterem na Everest**
22:30 **Weekend w Kuusamo**
23:00 **Sportowy wieczór**
23:20 **Explorers Festival – Łódź 2010: Arwa Tower – uderzenie błyskawicy**

DISNEY CHANNEL

6:00 Przystanek dżungla **6:35** Złota Rączka **7:00** Imagination Movers **7:20** Przystanek dżungla **7:45** Timmy i przyjaciele **8:00** Klub przyjaciół Myszki Miki **8:50** Złota Rączka **10:00** Nie ma to jak statek **10:20** Teraz Miki **10:30** Hannah Montana **10:55** Fineasz i Ferb **11:20** Czarodzieje z Waverly Place **11:40** Słoneczna Sonny **12:05** Kim Kolwiek **12:25** Teraz Miki **12:30** Jake i Blake **12:55** Jonas **13:20** Hannah Montana **13:45** Przygody Timmy'ego **14:00** Wymienimy **14:20** Teraz Miki **14:30** Słoneczna Sonny **14:55** Do dzwonka **15:00** Czarodzieje z Waverly Place **15:25** Kim Kolwiek **15:50** Fineasz i Ferb **16:00** Hannah Montana **16:25** Do dzwonka **16:35** Jake i Blake **17:00** Słoneczna Sonny **17:25** H_2O – wystarczy kropla wody **17:50** Czarodzieje z Waverly Place **18:15** Nie ma to jak statek **18:40** Hannah Montana **19:05** Do dzwonka **19:15** Hannah Montana **19:40** Jonas – serial kom. **20:00** Program ochrony księżniczek – film familijny, USA 2009

DISNEY XD

6:00 K9 **6:25** Amerykański smok Jake Long **6:50** Dzieciak kontra Kot **7:15** Fineasz i Ferb **8:05** Kick Strach się bać **8:30** Pokémon DP: Gallactic Battles **8:55** Pośmiej się **9:00** Zeke i Luther **9:50** Ja w kapeli **10:15** Marvel Super Hero Squad **10:40** Nie ma to jak statek **12:00** Fineasz i Ferb **12:25** Pośmiej się **12:30** Fineasz i Ferb **13:00** Dzieciak kontra Kot **13:30** Zafalowani **14:00** Nie ma to jak hotel **14:50** Zeke i Luther **15:15** Marvel Super Hero Squad **15:45** Kick Strach się bać **16:10** Pośmiej się **16:15** Ja w kapeli **16:40** Nie ma to jak statek **17:05** Zeke i Luther **17:55** Fineasz i Ferb **19:10** Zafalowani **19:35** Kick Strach się bać **20:00** Fineasz i Ferb **20:25** Pośmiej się **20:30** Dzieciak kontra Kot

TVN TURBO

6:30 Toolbox 4 **7:00** Gadżet 5 **7:30** Moto-On 5 **8:00** Turbo kamera 7 **8:30** Armwrestling – Puchar Świata **9:00** Ale urwał! **9:30** Automaniak 5 **10:00** Operacja tuning 7 **10:30** Legendy PRL 7 **11:00** Zakup kontrolowany 10 **12:00** Uwaga! Pirat! 5 **12:50** Męski typ (4) **13:20** Zobacz to! 2 **13:55** Wypadek – przypadek 5 **14:25** Moto-On 5 **14:55** Rekrut **15:25** Na osi **15:55** TurboNet **16:30** Gadżet 5 **17:00** Operacja tuning 7 **17:30** Armwrestling – Puchar Świata **18:00** Raport Turbo **18:25** Legendy PRL 5 **18:55** Steven Seagal: stróż prawa (10) **19:25** Raport Turbo **19:50** Zakup kontrolowany 10 **20:55** Ice Road Truckers 2 **22:00** Turbo kamera 7 **22:30** Raport Turbo **22:50** Pogoda dla kierowców **22:55** Uwaga! Pirat! **23:30** Automaniak 5 **0:00** Telezakupy erotyczne **0:25** Show Me Sex

CARTOON NETWORK

6:00 Dom dla zmyślonych przyjaciół pani Foster **6:25** Atomówki **6:50** Scooby-Doo **7:15** Scooby-Doo, gdzie jesteś? **7:40** Johnny Test **8:05** Tom i Jerry **8:15** Bakugan młodzi wojownicy **8:40** Chowder **9:05** Hero 108 **9:30** Ben 10 **9:55** Tom i Jerry **10:35** Cartoon Toon: Chowder **11:25** Cartoon Toon Toon: Hero 108 **12:15** Totalna Porażka w trasie **13:05** Młodzi Tytani **13:55** Ed, Edd i Eddy **14:20** Bliźniaki Cramp **14:45** Dom dla zmyślonych przyjaciół pani Foster **15:10** Edek Debeściak **15:35** Ben 10 **16:00** Johnny Test **16:25** Bakugan młodzi wojownicy: Nowa Vestroja **16:50** Hero 108 **17:15** Niezwykłe przypadki Flapjacka **17:40** Angelo rządzi **18:05** Tom i Jerry **18:10** Ben 10: Obca potęga **18:35** Chowder **19:00** Bakugan młodzi wojownicy: Nowa Vestroja **19:25** Xiaolin – pojedynek mistrzów **19:50** Tajemniczy Sobotowie **20:15** Batman: Odważni i bezwzględni **20:40** Atomówki **21:00** Bliźniaki Cramp **21:25** Ed, Edd i Eddy

NICKELODEON

6:30 SpongeBob Kanciastoporty **7:00** Danny Phantom **7:30** Ni Hao Kai-Lan **8:00** Wspaniałe zwierzaki **8:30** Śladem Blue **9:30** Dora poznaje świat **10:30** Fanboy i Chum Chum **11:00** Jimmy Neutron: Mały Geniusz **11:30** Pingwiny z Madagaskaru **12:00** Zagroda według Otisa **12:30** Drake i Josh **13:00** iCarly **13:30** Kotopies **14:30** Wróżkowie chrzestni **15:00** Awatar: Legenda Aanga **15:30** SpongeBob Kanciastoporty **16:00** Fanboy i Chum Chum **16:30** Big Time Rush **17:00** iCarly **17:30** Brygada **18:00** Z życia nastoletniego robota **18:30** Wróżkowie chrzestni **19:00** SpongeBob Kanciastoporty **19:30** Pingwiny z Madagaskaru **20:00** iCarly **20:30** Brygada **21:00** Pingwiny z Madagaskaru

BBC CBEEBIES

10:50 Listonosz Pat 4 **11:05** Przygody Rozi **11:20** Pokaż mi, pokaż **11:45** Charlie i Lola **12:00** Nosal i Skrob **12:20** Potrafię gotować **12:35** Penelopa K. **12:50** Wielka rodzina – serial animowany **13:00** Waybuloo **13:25** Pinky Dinky Doo **13:40** Błyśnij-błyskula **14:00** Teletubisie **14:25** Czerwony traktorek **14:40** Traktor Tom **14:50** Listonosz Pat 4 **15:05** Przygody Rozi **15:20** Pokaż mi, pokaż **15:45** Boogie Beebies **16:00** Nosal i Skrob **16:20** Potrafię gotować **16:35** Penelopa K. **16:50** Wielka rodzina **17:00** Waybuloo **17:25** Pinky Dinky Doo **17:40** Błyśnij-błyskula **18:00** Teletubisie **18:25** Czerwony traktorek **18:40** Traktor Tom **18:50** Listonosz Pat 4 **19:05** Binka **19:10** Fimbusie – Plaster **19:30** Wesoła farma **19:45** Waybuloo **20:05** Dobranocny ogród **20:35** Penelopa K. **20:50** Wielka rodzina

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych

ZIG ZAP

[illegible] Rahan – syn czasów mroku **6:25** Batman 2 **7:00** Ruby Gloom **7:30** Lou! **8:00** Strażnicy z Chinatown **8:30** Szpieg w krainie gwiazd **9:00** Podcats **9:20** Krasula i my **9:30** Kod Lyoko **10:35** Brejk **10:55** Hot Wheels: Battle Force 5 **11:20** Brejk **11:40** Superszpiedzy **12:05** 6 w pracy **12:30** Liga Złośliwców – serial anim.
13:00 Ruby Gloom **13:20** Lou! **13:45** Kapitan Biceps **13:50** Titeuf 2 **14:10** Liga Złośliwców **14:35** 6 w pracy **15:00** Tajna misja **15:15** Batman 2 **15:45** Huntik: Łowcy tajemnic **16:10** Backstage **16:35** Superszpiedzy **17:00** Strażnicy z Chinatown **17:25** Pamiętnik Sofii **17:30** Pora na Hit! – serial komediowy **18:00** Sprawa oddalona 2 – serial dla młodzieży **18:30** Przypadki nastolatki – serial dla młodzieży **19:00** Pies, który mówi – serial familijny **19:30** Co u Dani? 2 – serial komediowy
20:00 Amika – serial dla młodzieży **20:30** Degrassi – nowe pokolenie 9 – serial dla młodzieży

JIM JAM

13:45 Tomek i przyjaciele **14:00** Bob Budowniczy **14:10** Co ja widzę?! **14:25** Igloo-Gloo **14:40** Rubbadubbers **14:50** Oswald **15:05** Antek Mrówka **15:20** Dorotka – wesoły dinozaur **15:30** Barney i przyjaciele **15:55** Tigga & Togga **16:05** Igloo-Gloo **16:20** Co ja widzę?! **16:35** Kacper **16:45** Strażak Sam **16:55** Antek Mrówka **17:10** Bob Budowniczy **17:20** Tomek i przyjaciele **17:35** Bob Budowniczy **17:45** Rubbadubbers **17:55** Oswald **18:15** Małe planety **18:30** Dougie w przebraniu **18:40** Magiczny klucz **18:50** Dougie w przebraniu **19:00** Bajki i bajeczki **19:15** Tork **19:25** Świnka Chudzinka **19:35** Roztańczona Angelina **19:50** Dougie w przebraniu
20:00 Magiczny klucz

VIVA POLSKA

13:00 VIVA Mjuzik Kłiiiz (10) **14:00** Viva Spot Extra **14:30** Planet VIVA **15:00** In & Out **16:00** PL Top 10 **17:00** Ringtone Shop **18:00** 4 Girls Only **19:00** 10 na 10
20:00 Viva królowie densfloru (6) **20:30** Planet VIVA **21:00** Cribs PL **21:30** Moja własna gwiazda PL **22:00** Download Shop **23:00** Sexi Viva **1:00** Tip-Top Lista – podsumowanie tygodnia

VH 1 POLSKA

13:00 VH1 kontra **14:00** VH1 Hitters **15:00** Pop chart **16:10** Wszyscy kochają Raymonda 7 (18, 19) **17:00** Cudowne lata (11, 12) **18:00** Tak, kochanie (5, 1) **19:00** Jim wie lepiej 5 (22) **19:20** Jim wie lepiej 6 (1-3)
20:35 Cudowne lata (15, 16) **21:30** Diabli nadali 6 (7, 8) **22:20** Byle do przodu (17, 14) **23:10** Wszyscy kochają Raymonda 7 (18, 19)

BOOMERANG

6:15 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **6:40** Szczeniak zwany Scooby-Doo **7:05** Yogi – łowca skarbów **7:30** Tex Avery **8:00** Tom i Jerry **8:25** Zwariowane melodie **8:55** Flintstonowie **9:20** Jetsonowie **9:45** Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **10:10** Garfield **10:35** Kaczor Dodgers **11:00** Scooby-Doo **11:30** Odlotowe wyścigi **12:00** Dastardly i Muttley **12:25** Porażki króla Artura **12:50** Pomocy! To banda Kudłacza
13:15 Szczeniak zwany Scooby-Doo **13:40** Przygody Popeye'a **14:05** Scooby-Doo, gdzie jesteś? **14:30** Kot Tip-Top **14:55** Hong Kong Fu-i **15:20** Kaczor Dodgers **15:45** Jetsonowie **16:10** Flintstonowie **16:35** Zwariowane melodie **17:00** Tom i Jerry **17:20** Kot Tip-Top **17:45** Odlotowe wyścigi **18:00** Dastardly i Muttley **18:30** Scooby-Doo **19:00** Johnny Bravo **19:30** Laboratorium Dextera
20:00 Zwariowane melodie **20:20** Kaczor Dodgers **20:45** Garfield **21:10** Flintstonowie **21:35** Jetsonowie **22:00** Yogi – łowca skarbów

MINI MINI

13:30 Marta mówi **14:00** Niedźwiedź w dużym niebieskim domu 2 **14:25** Olinek Okrąglinek **14:50** Lusia **14:55** Harry i wiaderko pełne dinozaurów **15:05** Kolorowy świat Pacyka **15:15** Małe zoo Lucy **15:25** Gwiazdka Laury **15:40** Ogrodnik Gordon **15:50** Strażackie opowieści **16:15** Przygód kilka wróbla Ćwirka **16:25** Miffy **16:30** Zgaduj z Jessem **16:45** Stacyjkowo **16:55** Tomek i przyjaciele **17:05** Clifford – duży czerwony pies **17:30** Minikolory **17:35** Bawmy się, Sezamku **18:05** Niezwykłe przygody Berta i Erniego **18:10** Świat Elmo **18:25** Nouky i przyjaciele 2 **18:30** Stuart Malutki **18:55** Rajdek – mała wyścigówka **19:05** Opowieści z Tinga Tinga **19:20** Mania **19:30** Marta mówi
20:00 Małgosia i buciki 2

MTV POLSKA

17:00 Szalone siostrzyczki (8) **17:30** Kardashianowie **18:00** Koszmar minionej randki (13) **18:30** Króliczki Playboya **19:00** Szał ciał **19:30** Co na to tato? (1)
20:00 Grzechy Hollywood (6) **20:30** Ekipa z New Jersey (13) **21:00** Wojownicy ninja (14) **21:30** Władcy móch **22:30** Udręki młodego Bergera (3) **23:00** Tajemnice Valemont (6)

4FUN TV

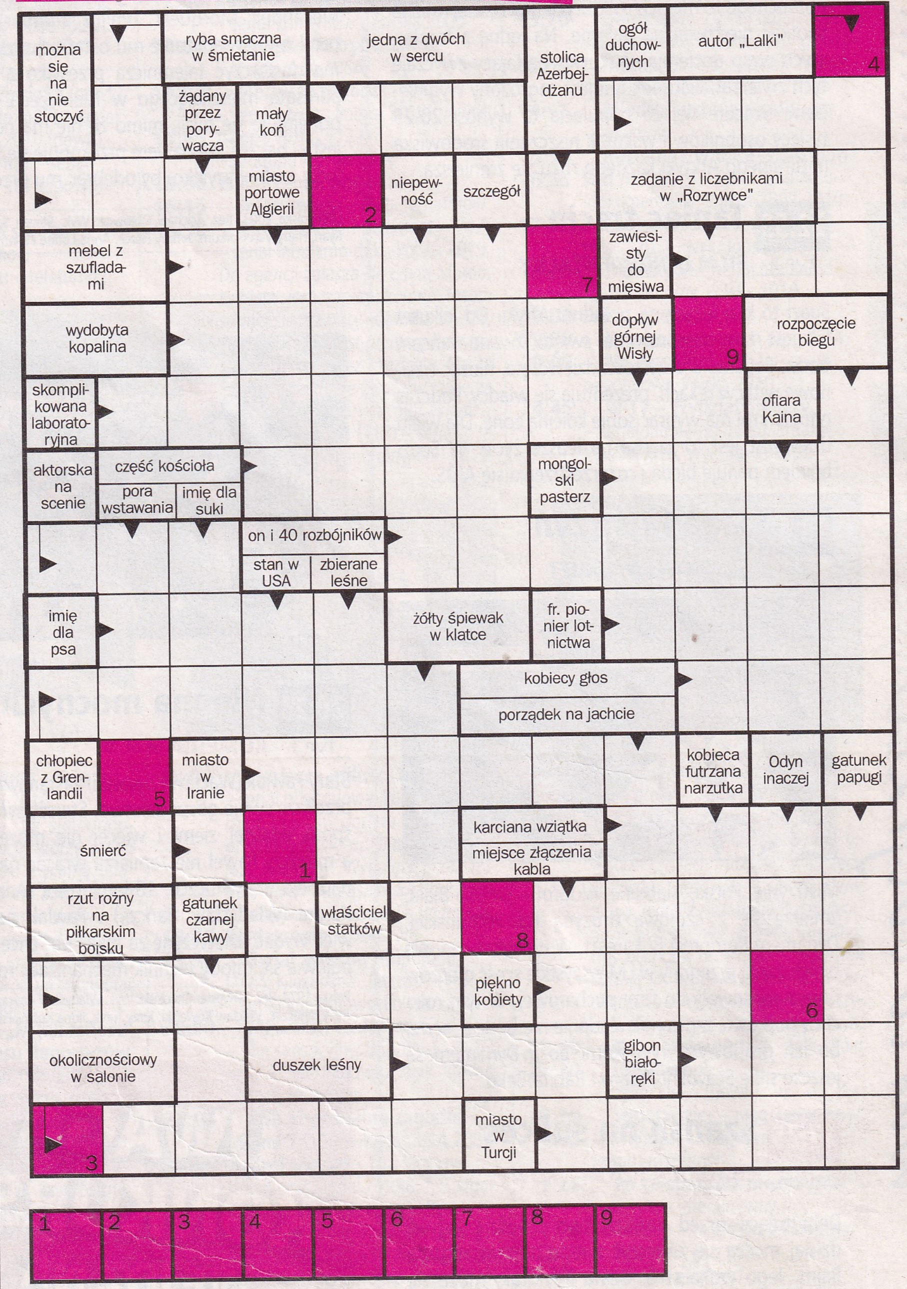
14:00 Top tygodnia **15:00** Wróżby **15:30** Kiedy weźmiesz ślub **16:00** Parowanie **16:30** Imię drugiej połówki **17:00** Top 10/ Czat **18:00** Muzyczny alfabet/ Wróżby **19:00** SuperVIP
20:00 Hit Me/Kiedy weźmiesz ślub **20:30** Non Stop Fresh/Data urodzenia **21:00** Best of R'n'B **22:00** Hit Me **23:00** Zakazane piosenki + Kamasutra **0:00** Nocny hałas

WYŚLIJ SMS na nr 7143 i wygraj!



4x Koń na biegunach

* dostępne różne modele



ROZWIĄZANIE BEZ POLSKICH ZNAKÓW prześlij SMS-em na numer 7143, w treści wpisując KTV.48.K04. i hasło krzyżówki. Koszt SMS-a 1,22 zł z VAT. Termin nadsyłania rozwiązań: 22.11 – 2.12.2010 r.

warto obejrzeć

16:00 Alcatraz dla niedźwiedzi polarnych FILM PRZYROD.

NATIONAL GEOGRAPHIC



Okolice Morza Arktycznego i tereny wokół bieguna północnego to miejsca, w których najczęściej można spotkać niedźwiedzie polarne. Na jedną z tamtejszych wysp docierają naukowcy badający zwyczaje tych zwierząt. Gatunek ten jest zagrożony wyginięciem. Szacuje się, że populacja ta wynosi 20-25 tysięcy osobników i wskutek niszczenia środowiska naturalnego Arktyki każdego roku się zmniejsza.

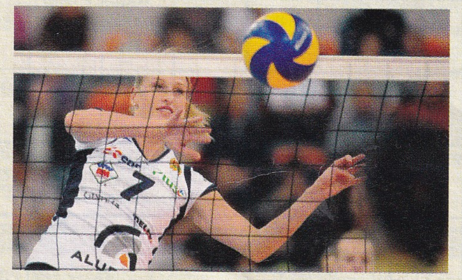
22:55 Taniec trzcin

TVP 2 FILM DOKUMENTALNY

Suazi to kraj leżący na południu Afryki. Od kilkuset lat jest tam celebrowane święto zwane tańcem trzcin. Podczas uroczystości dziewczęta, niosąc trzcinowe witki w rękach, prezentują się władcy. Podczas rytuału król ma wybrać sobie kolejną żonę. Dla wielu dziewcząt jest to szansa na lepsze życie. W Suazi bowiem panuje bieda i rozprzestrzenia się AIDS.

18:00 Liga Mistrzyń

POLSAT SPORT SIATKÓWKA KOBIET



Mistrzynie Polski, siatkarki Aluprofu Bielsko-Biała, zmierzą się z czołową drużyną ligi rumuńskiej, Dynamem Romprest Bukareszt. W ubiegłym sezonie bielszczanki przegrały w LM wszystkie sześć meczów i nie awansowały do fazy pucharowej. W tym roku chcą poprawić ten wynik. Zadanie nie będzie łatwe, bo ich grupowymi rywalkami poza Dynamem są jeszcze silne Scavolini Pesaro i Rabita Baku.

17:25 Szansa na sukces

TVP POLONIA PROGRAM ROZRYWKOWY

Debiutujący przed szerszą publicznością artyści dzisiaj muszą się zmierzyć z repertuarem zespołu Bajm. Jego wokalistka, Beata Kozidrak, może się poszczycić czterooktawową skalą głosu. Przed amatorami więc niełatwe zadanie. Przypomną hity zespołu oraz przeboje z solowych płyt artystki, m.in. „Nie ma wody na pustyni" czy „Lola, Lola".

20:00 Cudzoziemiec

POLSAT SENSACYJNY ★★

Były agent CIA ma przewieźć tajemniczy pakunek z Francji do Niemiec. Przesyłkę chcą przechwycić ludzie gotowi na wszystko.

Jonathan Cold (Steven Seagal) odszedł z CIA, ponieważ nie akceptował metod pracy swoich zwierzchników. Były agent zaczyna działać na własną rękę jako człowiek do zadań specjalnych. Zna kilkanaście języków, jest mistrzem sztuk walki i świetnie posługuje się każdym rodzajem broni. Mijają lata, mieszkający w Paryżu Jonathan planuje przejście na emeryturę. Tymczasem jego mocodawca Alexander Morquest (Philip Dunbar) prosi o wyświadczenie mu ostatniej przysługi. Cold ma dostarczyć tajemniczą przesyłkę z Francji do adresata mieszkającego w Niemczech. Jonathan podejmuje się misji, mimo że nie ma pojęcia, co jest w paczce. Niebawem przekonuje się, że wielu ludzi zrobi wszystko, by odebrać mu przesyłkę.

USA/Polska 2003. Reż. Michael Oblowitz. Wyk. Steven Seagal, Max Ryan, Harry Van Gorkum, Jeffrey Pierce, Anna-Louise Plowman i inni





20:00 Wzgórze złamanych serc DRAMAT SENSACYJNY ★★

TVN 7

Sierżant Tom Highway (Clint Eastwood), weteran wojen w Korei i Wietnamie, dostaje skierowanie do jednostki piechoty morskiej. Ma tam szkolić młodych żołnierzy. Okazuje się jednak, że rekruci, którzy są pod jego opieką, to grupa nieudaczników. Buntują się przeciwko dyscyplinie i ciężkim ćwiczeniom, jakie wprowadza Highway. Mimo to nieustępliwy sierżant twardo wdraża swoje reguły szkoleniowe.

USA 1986. Reż. Clint Eastwood. Wyk. Clint Eastwood, Marsha Mason, Everett McGill, Moses Gunn, Mario Van Peebles, Bo Svenson, Eileen Heckart i inni

20:25 Nie ma mocnych

TVP 1 KOMEDIA ★★★

Stary Pawlak (Wacław Kowalski) zastanawia się, komu przekaże swoje gospodarstwo. Starszy syn, Witia, ma sporo własnej ziemi i więcej nie może uprawiać, a młodszy Paweł nie zamierza wracać na wieś. Cała nadzieja we wnuczce, 18-letniej Ani (Anna Dymna). Kargul (Władysław Hańcza) i Pawlak postanawiają więc wydać dziewczynę za mąż. Traf chce, że we wsi pojawia się młody technik mechanizacji rolnictwa.

Polska 1974. Reż. Sylwester Chęciński. Wyk. Władysław Hańcza, Anna Dymna, Jerzy Janeczek, Wacław Kowalski, Jerzy Turek, Ilona Kuśmierska i inni



UWAGA KONKURS!
WEJDŹ NA
WWW.KROPKATV.PL

22:15 Smoki górą

TV 4 KOMEDIA SENSACYJNA ★

Znany adwokat z Hongkongu, Jackie Lung (Jackie Chan), reprezentuje duże zakłady chemiczne, które zanieczyszczają pobliskie tereny. Pewnego dnia odkrywa przypadkiem, że jego mocodawcy to zorganizowana grupa przestępcza. Na domiar złego wychodzi na jaw, że pod przykrywką legalnej działalności wytwarzają oni narkotyki. Jackie razem z przyjaciółmi postanawia rozprawić się z bezwzględnym bossem mafii.

Hongkong 1988. Reż. Sammo Hung Kam-Bo, Corey Yuen. Wyk. Deannie Yip, Pauline Yeung, Jackie Chan, Sammo Hung Kam-Bo, Biao Yuen i inni

TVP 1

5:05 **Moda na sukces** (5238, 5239) – telenowela, USA 2008 (powt.)
6:00 **Kawa czy herbata?** – magazyn
8:05 **Polityka przy kawie**
8:20 **Radio Romans** (25) – obycz.
8:55 **Mały rycerz El Cid** – anim.
9:30 **Jedynkowe przedszkole**
10:00 **Dlaczego? Po co? Jak?** – mag.
10:15 **Errata do biografii:** Tyrmand – serial dokumentalny, Polska 2009
10:50 **Wściekłe gary** – magazyn
11:20 **Telezakupy**
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12:40 NATURA W JEDYNCE: **Ewolucja życia** (2) – serial dokumentalny, W. Brytania 2005
13:45 **Plebania** (1584) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
14:15 **Klan** (1973) – telenowela, Polska 2010 (powt.)
14:45 **Opole 2010 na bis:** Piosenka jest dobra na wszystko – koncert
15:00 **Wiadomości, pogoda**
15:15 **Jaka to melodia?** (powt.)
15:50 **Moda na sukces** (5240, 5241) – telenowela, USA 2008
16:40 **Celownik** – mag. reporterów
17:00 **Teleexpress, pogoda**
17:25 **Plebania** (1585) – serial obyczajowy, Polska 2010
17:55 **Klan** (1974) – telen., Pol. 2010
18:35 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
19:05 **Wieczorynka:** Magiczne przygody misia Ruperta – anim., W. Bryt. 2006
19:30 **Wiadomości, sport**



20:25 **Nie ma mocnych** – komedia, Polska 1974, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Ilona Kuśmierska, Jerzy Janeczek, Jerzy Turek (s. 56) ★★★
22:05 **Kabaretowe hity** – pr. rozrywk.
22:30 **Zabawa w Boga** – dramat przygodowy, USA 1991, reż. Hector Babenco, wyk. Tom Berenger, John Lithgow, Daryl Hannah ★★
Amerykańscy żołnierze, Wolf i Lewis Moon, lądują w amazońskiej dżungli. Ich paszporty konfiskuje komendant Guzman, który chce wymusić na nich wysadzenie w powietrze wioski Indian.
1:40 **Bracia i siostry** (23) – serial obyczajowy, USA 2007
Justin niedługo wyjeżdża do Iraku. Stara się spędzić jak najwięcej czasu z rodziną, by naprawić nie najlepsze stosunki z bliskimi. Nora planuje przyjęcie zaręczynowe dla Kitty.
2:30 **Notacje:** Edward Pałłasz. Z Bim-Bomu do STS-u – cykl dokumentalny, Polska 2009
2:40 **Telezakupy**
3:00 **Stacyjka** (9, 10) – serial komediowy, Polska 2004
4:55 **Zakończenie**

TVP 2

5:35 **M.A.S.H.** (127) – kom., USA '77
6:10 **Opowiedz nam swoją historię...** – talk-show (powt.)
7:00 **Telezakupy**
7:30 **Na dobre i na złe** (60) – serial obyczajowy, Polska 2001
8:30 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
9:00 **Pogoda**
9:05 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
9:35 **Panorama**
9:40 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
10:15 **Pogoda**
10:20 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11:10 **Familiada** – teleturniej
11:45 **Genialne zwierzęta:** Psy – dok.
12:50 **Faceci do wzięcia:** Opowieść wigilijna – kom., Pol. 2006 (powt.)
13:20 **„Wielka draka o dzieciaka" – kulisy** – felieton (powt.)
13:30 **Wielka draka o dzieciaka** (powt.)
14:30 **Barwy szczęścia** (497) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
15:05 **M jak miłość** (788) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
16:00 **Program lokalny**
16:35 **Opowiedz nam swoją historię...** – talk-show
17:25 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
18:00 **Panorama, sport**
18:40 **Gorący temat** – pr. publicyst.
19:00 **Licencja na wychowanie** (70) – serial komediowy, Polska 2010
19:35 **Faceci do wzięcia:** On, ona, on – serial komediowy, Pol. 2007
20:10 **Barwy szczęścia** (498) – serial obyczajowy, Polska 2010



20:45 **M jak miłość** (789) – serial obyczajowy, Polska 2010
Mirka prosi Pawła, by sfotografował klientów agencji, którzy wzięli ślub. Zduński flirtuje z panną młodą. Basia odbiera list adresowany do synowej. Starannie ukrywa go przed domownikami. Pod nieobecność matki Łukasz urządza w domu imprezę. Szymon próbuje przywołać chłopaka do porządku.
21:40 **Kulisy serialu „M jak miłość"**
21:50 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
22:55 OGLĄDAJ Z ANDRZEJEM FIDYKIEM: **Taniec trzcin** – film dokumentalny, Polska 2000 (s. 56)
0:05 WIECZÓR FILMOWY. KOCHAM KINO: **Casablanca Driver** – komedia, Francja/W. Bryt./Belgia 2004, reż. Maurice Barthélémy, wyk. Maurice Barthélémy (s. 56) ★★
1:40 **Rzym** (1/12) – serial historyczny, Wielka Brytania/USA 2005
2:35 **Wiedźmin** (13-ost.): Ciri – serial fantasy, Polska 2001
3:25 **Taniec trzcin** – film dokumentalny, Polska 2000 (powt.)
4:25 **Zakończenie**

POLSAT

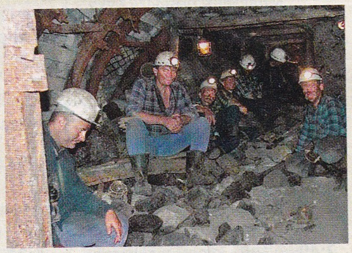
5:00 **Wstawaj! Gramy!** – program muzyczny
6:00 **Nowy dzień z Polsat News**
7:30 **Czarodziejska lampa Aladyna** – film animowany, Japonia 1982, reż. Yoshikatsu Kasai ★★
8:50 **Świat według Kiepskich** (125, 126) – kom., Polska 2002
10:00 **Daleko od noszy** (131, 132) – serial komediowy, Polska 2007
11:00 **Malanowski i partnerzy** (241) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010 (powt.)
11:30 **Świat według Kiepskich** (164) – serial kom., Polska 2002
12:00 **Rodzina zastępcza plus** (215) – serial komediowy, Polska 2005
13:00 **Łabędziem być... 2** (11) – reality show, USA
14:00 **Pierwsza miłość** (1194) – serial obycz., Polska 2010 (powt.)
14:45 **Benny Hill** (26, 27) – program rozrywkowy
15:50 **Wydarzenia, pogoda**
16:15 **Interwencja** – mag. reporterów
16:30 **Malanowski i partnerzy** (242) – serial fabularno-dok., Polska 2010
Do agencji zgłasza się Edyta Maroń. Kobieta jest zaniepokojona losem swojej siostrzenicy. Klientka uważa, że dziewczyna jest przetrzymywana siłą w domu przez rodziców. Ma to być kara za to, że zaszła w ciążę ze swoim czarnoskórym chłopakiem.
17:00 **Dlaczego ja?** (118) – serial fabularno-dokumentalny, Pol. 2010



18:00 **Pierwsza miłość** (1195) – serial obyczajowy, Polska 2010
Dane klientów portalu randkowego przedostały się do Internetu. Artur jest załamany. Wynajęty przez Izabelę haker nagłaśnia sprawę. Emilka rozpoczyna kampanię wyborczą.
18:50 **Wydarzenia, sport**
19:30 **Świat według Kiepskich** (165): Nieznośna „letkość" bytu – serial komediowy, Polska 2002
20:00 MEGAHIT: **Cudzoziemiec** – film sensacyjny, USA/Polska 2003, reż. Michael Oblowitz, wyk. Steven Seagal, Max Ryan (s. 56) ★★
22:05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 7** (168) – krym., USA 2009
23:05 **Król piekieł** – film fantasy, Hongkong/Japonia 1988, reż. Ngai Kai Lam, Biao Yuen, wyk. Biao Yuen, Gloria Yip, Pauline Wong ★★
Mnisi Peacock i Lucky Fruit wyruszają do Japonii, by uwolnić uwięzionego Króla Piekieł. Najpierw muszą jednak odnaleźć piękną Ashurę, która posiada klucz do bram diabelskiego świata.
1:00 **Tajemnice losu** – pr. rozrywk.
4:40 **TV Market** – magazyn reklamowy

TVN

5:40 **Uwaga!** – magazyn reporterów (powt.)
6:00 **Mango** – telezakupy
7:00 **Granie na śniadanie** – teleturniej interaktywny *live*
8:00 **Majka** (172) – telenowela, Polska 2010 (powt.)
8:30 **Dzień dobry TVN** – mag. *live*
11:00 **Na Wspólnej** (1351) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
11:35 **Granie na ekranie** – teleturniej interaktywny *live*
12:10 **Mango** – telezakupy
12:40 **W-11 – Wydział Śledczy** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010 (powt.)
13:20 **Detektywi** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010 (powt.)
13:50 **Niania** (85, 86) – serial komediowy, Polska 2008
14:55 **Między kuchnią a salonem** – talk-show *live*
15:55 **Rozmowy w toku** – talk-show
16:55 **Sąd rodzinny** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009-2010
17:55 **Majka** (173) – telenowela, Polska 2010, wyk. Joanna Osyda
18:25 **Detektywi** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
19:00 **Fakty, sport**
19:50 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20:05 **Na Wspólnej** (1352) – serial obyczajowy, Polska 2010
20:45 **W-11 – Wydział Śledczy** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010, wyk. Anna Palka



21:30 **Katastrofy górnicze:** Cicha akcja – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2009
Do nieużywanego od lat wyrobiska schodzi czterech ratowników i trzech górników. Rozdzielają się na dwie grupy. Jedna z nich trafia do miejsca, gdzie jest wysokie stężenie metanu. Gdy dochodzi do eksplozji, pozostali ruszają im na pomoc. Wówczas dochodzi do kolejnej tragedii. Rozpoczyna się dramatyczna akcja ratunkowa.
22:30 **Kuba Wojewódzki** – talk-show
23:30 **Ugotowani** – reality show (powt.)
0:30 **Superwizjer** – mag. reporterów
1:05 **Uwaga!** – magazyn reporterów (powt.)
1:25 **Po co spać, jak można grać** – program interaktywny *live*
2:20 **Telesklep** – magazyn reklamowy
2:45 **Rozmowy w toku** – talk-show (powt.)
3:40 **Nie z tego świata** (12) – serial fantasy, USA 2008 (powt.)
4:35 **Co za tydzień** – magazyn informacyjny (powt.)
5:05 **Nic straconego** – pr. powtórkowe

wieczór

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych

Kropka tv

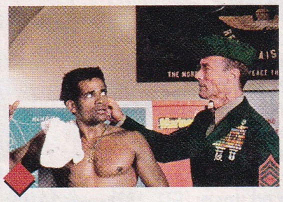
WT ŚR CZ

TV 4



4:55 VIP – program kulturalny
5:15 **Lalola** (11) – telenowela, Argentyna 2007
6:10 **Muzyczne listy** – magazyn muzyczny
7:15 **Słoneczny patrol** (63) – serial obycz., USA 1989
8:20 **Dziewczyny z fortuną** – teleturniej
9:20 **Morze miłości** (60) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
10:20 **Osaczona** (50) – serial obyczajowy, USA 2007
11:20 **Nie igraj z aniołem** (70) – serial obycz., Meksyk 2008
12:20 **Muzyczne listy** – magazyn muzyczny
13:30 **VIP** – program kulturalny
14:00 **Dziewczyny z fortuną**
15:00 **Słoneczny patrol** (64) – serial obycz., USA 1989
16:00 **Zbuntowani 2** (28) – serial obyczajowy, Meksyk 2005
17:00 **Osaczona** (51) – serial obyczajowy, USA 2007
18:00 **Nie igraj z aniołem** (71) – serial obycz., Meksyk 2008
19:00 **Morze miłości** (61) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
20:00 **Geneza** (3, 4) – serial kryminalny, Hiszpania 2006
22:15 ★ **Smoki górą** – komedia sensacyjna, Hongkong 1988, reż. Sammo Hung Kam-Bo, Corey Yuen, wyk. Deannie Yip (s. 56)
0:10 **Modelki Janice Dickinson** (4) – program rozrywkowy, USA 2007
1:00 **mała Czarna** – talk-show
1:50 **Muzyczne listy** – magazyn muzyczny
2:40 **VIP** – program kulturalny
3:05 **KINOmaniak** – magazyn
3:30 **TV Market**
4:00 **Zakończenie**

TVN 7



5:05 **Marina** (70) – telenow., USA/Meksyk 2006
5:55 **Na Wspólnej** (792) – serial obycz., Polska 2007
6:25 **Kuba Wojewódzki** – talk-show
7:25 **Plotkara** (5) – serial obyczajowy, USA 2008
8:20 **Brzydula** (127, 128) – serial kom., Polska 2009
9:25 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze** (17) – serial sensacyjny, USA 1995
10:25 **Ally McBeal** (9) – serial komediowy, USA 1998
11:25 **Mango** – telezakupy
13:00 **Apetyt na kasę** – telet.
14:00 **Marina** (71) – telenow., USA/Meksyk 2006
15:00 **Kuba Wojewódzki** – talk-show
16:00 **Plotkara** (6) – serial obyczajowy, USA 2008
17:00 **Brzydula** (129, 130) – serial kom., Polska 2009
18:00 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze** (18) – serial sensacyjny, USA 1995
19:00 **Ally McBeal** (9) – serial komediowy, USA 1998
20:00 ★★ WTORKOWE KINO OLDSKULOWE: **Wzgórze złamanych serc** – dramat sensacyjny, USA 1986, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood (s. 56)
22:40 **Agenci NCIS** (11) – serial sens., USA 2006-07
23:40 ★★ **Czarna kawaleria** – western, USA 1997, reż. Charles Haid, wyk. Danny Glover, Lamont Bentley
1:30 **Arkana magii** – interaktywny program rozrywkowy, Polska
3:35 **Zakończenie**

TVP POLONIA



7:10 **Biesiada studencka – Student żebrak, ale pan – Gala Piosenki Studenckiej** (1)
7:55 **Żegnaj, Rockefeller** (1) – serial przyg., Polska 1992
8:30 **Pytanie na śniadanie**
9:35 **Panorama**
9:40 **Pytanie na śniadanie**
10:55 **Smaki polskie** – magazyn
11:10 **M jak miłość** (771) – serial obycz., Polska 2010
12:00 **Wiadomości**
12:15 **Plebania** (1575) – serial obyczajowy, Polska 2010
12:45 **Polska 24. Informacje**
13:10 **Egzamin z życia** (45) – serial obycz., Polska 2006
14:00 **Zoo Story** – telen. dok.
14:30 **Barwy szczęścia** (273) – serial obycz., Polska 2009
15:00 **Tomasz Lis na żywo**
16:00 **Złote Przeboje – lista przebojów** – mag. muz.
16:30 **Złotopolscy** (52) – telenowela, Polska 1998
17:00 **Teleexpress**
17:25 **Szansa na sukces** (s. 56)
18:20 **Laboratorium europejskie** – magazyn
18:45 **Plebania** (1575) – serial obyczajowy, Polska 2010
19:15 **DOBRANOCKA: Lis Leon**
19:30 **Wiadomości, sport**
20:15 **Londyńczycy** (5) – serial obyczajowy, Polska 2008
21:05 **Polska 24. Opinie**
21:30 **Wilnoteka** – magazyn
21:40 **Ekstradycja** (3) – serial sensacyjny, Polska 1995
22:40 **40. sezon Kabaretu pod Egidą** – pr. rozrywk.
23:25 **Tygrysy Europy** (11) – serial kom., Polska 1999
0:25 **Złote Przeboje – lista przebojów** – mag. muz.

TV PULS



6:00 **Stacja Porankowo** – program dla dzieci
7:00 **Sędzia Judy** – reality show, USA 2006
7:30 **Burza uczuć** (584) – telenowela, Niemcy 2005
8:30 **Pustynna miłość** (64) – telenowela, USA/Kolumbia/Brazylia 2010
9:30 **Taki jest świat**
10:00 **Gdzie jest Elisa?** (64) – telenowela, USA 2010
11:00 **Burza uczuć** (585) – telenowela, Niemcy 2005
12:00 **Z archiwum policji** (1) – serial dok., Polska 2010
12:30 **Sędzia Judy**
13:00 **Pustynna miłość** (65) – telenowela, USA/Kolumbia/Brazylia 2010
14:00 **Gdzie jest Elisa?** (65) – telenowela, USA 2010
15:00 **Bajki animowane**
16:00 ★★ **Tom i Jerry: szybcy i kosmaci** – film anim., USA 2005, reż. Bill Kopp
18:00 **Bajki animowane**
18:30 **JUNIOR TV: Myszorki na prerii** – serial animow.
19:00 **JUNIOR TV: Pszczółka Maja** – serial animowany
19:30 **JUNIOR TV: Tom i Jerry** – serial animowany, USA
20:00 **JUNIOR TV: Pixie i Dixie** – serial anim., USA 1962
20:30 **Podniebny horror** (1) – serial dokum., USA 2005
21:30 **Dyżur** (14) – dok., Polska
22:00 **Goło i wesoło** – pr. rozr.
22:30 **Jerry Springer Show** – talk-show, USA 2007
23:30 **Szpital – nagłe przypadki** (13) – serial dok.
0:30 **Goło i wesoło** – pr. rozr.
1:00 **Hi Hi TV** – pr. rozrywkowy
1:30 **Programy powtórkowe**

ZONE EUROPA



8:00 ★★ **Diabli mnie biorą** – komedia, Francja 1974, reż. Claude Zidi, wyk. Pierre Richard, Jane Birkin
9:45 ★★ POŻEGNANIE Z FILMEM: **Opowieść wszech czasów** – film religijny, USA 1965, reż. George Stevens, wyk. Max von Sydow
13:00 ★★ **Tajemnica sukcesu** – komedia, Włochy 2003, reż. Massimo Martelli, wyk. Paolo Maria Veronica
14:35 ★★ **Spadkobiercy Emmy Harte** (1, 2-ost.) – dramat obyczajowy, W. Brytania 1986, reż. Don Sharp, wyk. Jenny Seagrove
18:15 ★★ **Diabli mnie biorą** – komedia, Francja 1974, reż. Claude Zidi, wyk. Pierre Richard, Jane Birkin
20:00 ★★ **Nell** – dramat obyczajowy, USA 1994, reż. Michael Apted, wyk. Jodie Foster, Liam Neeson
22:05 ★★ **Niewinni** – dramat szpiegowski, Niemcy/Wielka Brytania 1993, reż. John Schlesinger, wyk. Anthony Hopkins, Isabella Rossellini
0:10 **Cinemania** (396) – magazyn filmowy, 2010
0:35 ★ **Carla** – thriller, Wielka Brytania 2003, reż. Diarmuid Lawrence, wyk. Helen McCrory
2:15 ★★ **Pasja** – dramat obycz., Francja/Szwajcaria 1982, reż. Jean-Luc Godard, wyk. Jerzy Radziwiłowicz
3:45 ★★ **Cool!** – dramat społeczny, Holandia 2004, reż. Theo van Gogh, wyk. Fouad Mourigh, Farhane El Hamchaoui, Jones Kruijne

TVP INFO

6:00 Serwis info (co 30 minut) **7:48** Twoja@sprawa **8:03; 10:50** Gość poranka **10:12** Biznes – otwarcie dnia **12:17; 16:15** Biznes
13:10 Raport z Polski **16:00** Rozmowa dnia **17:00; 21:45** Program lokalny
20:10 Minęła dwudziesta **21:07** Telekurier **22:15** Studio LOTTO **22:24** Info Dziennik **23:04** Sportowy wieczór **23:17** Plus minus **23:46** Wielcy mistrzowie kontra fałszerze i złodzieje

TVN 24

5:55 Serwis informacyjny (co 15 minut) **11:00** Serwisy (co 30 minut)
16:00 Fakty po południu **17:40** Świat według Jacka **18:00** Tak jest **19:00** Fakty, ludzie, pieniądze **19:26** Fakty po Faktach **19:55** Sportowe podsumowanie dnia
20:00 Kropka nad i **20:23** Polska i świat **21:20** Rozmowa Rymanowskiego **22:00** Szkło kontaktowe **23:00** Dzień po dniu

TVS

16:20 Informator miejski **16:35** Pasión Morena (64) **17:45** Silesia informacje **18:05** Zumba z fitness center **18:20** Bajkowa TVS **19:05** Najzabawniejsze wideo świata **19:35** Propozycje do „Listy śląskich szlagierów"
20:00 Silesia informacje **20:25** Najzabawniejsze wideo świata **21:00** Sanatorium pod Klepsydrą – film psycholog., Pol. 1973 **23:00** Muzyka w TVS **0:00** Silesia informacje

POLSAT NEWS

6:00 Serwis informacyjny (co 15 minut) **8:50** Graffiti **9:00** Serwis informacyjny (co 30 minut) **11:45** Graffiti
15:35 Giełda komentarzy **15:50** Wydarzenia **16:25** 100 sekund **16:30** Biznes Informacje **18:15** Graffiti **18:30** Magazyn „Polska" **18:50** Wydarzenia **19:20** Gość „Wydarzeń" **19:30** Interwencja
20:00 To był dzień **21:00** Informacje dnia **21:30** To był dzień na świecie

TVP KULTURA

13:20 ★★★ **Dersu Uzała** – dramat przyg., ZSRR/Japonia 1975
15:50 MINIATURY MUZYCZNE: **Opole 2008** – koncert
16:05 **Zawodowcy** – krótkom.
17:00 JESIEŃ Z MISTRZEM: **Tischner czyta katechizm**
17:30 **Hobby pana Kazimierza** – pr. rozr., Pol.
18:15 REMINISCENCJE Z OPOLA: **17. Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '79** (1) – koncert
18:30 **Tajemnica Sagali** (6)
19:00 **Absolutorium**
19:30 **Serce z węgla** (6) – dok.
20:10 TEATR TELEWIZJI: **Sztuka bez tytułu** – spektakl teatralny, Pol. '10
23:20 ★★ **Hana-Bi** – dramat sensacyjny, Japonia 1997
1:10 KLASYKA FILMOWEGO DOKUMENTU: **Rodzina człowiecza; Aktorka**
1:50 STREFA: **Kawałki „Mózgu"**

TELE 5

6:00 **Anita** (29) – telen.
7:00 **Telezakupy** – mag. rekl.
10:00 **Kosmica TV**
12:00 **Anita** (30) – telen.
13:05 **Był sobie złodziej** (17)
14:05 **Mroczny rycerz** (11)
15:10 ★★ **Jedyny świadek** – thriller, USA 2003
17:05 **Lub czasopisma!**
17:20 **Mroczne niebo** (15) – serial s.f., USA 1996
18:25 **Najgorszy tydzień mojego życia** (12) – kom.
19:05 **Był sobie złodziej** (18) – serial sens., Kanada 1997
20:00 ★★ **Śledząc śmierć** – thriller, USA 1998
22:05 **Na tropie zbrodni** (26) – serial krym., Kanada 1998
23:05 **Lub czasopisma!**
23:20 **Miejskie legendy** (19)
0:15 ★ **Romantyczny detektyw** – film erotyczny, USA 2005, wyk. Dee
1:45 **Nocny patrol** – pr. rozr.

13TH STREET UNIVERSAL

6:00 **Potyczki Amy** (19) – obycz.
7:00 ★★ **Tajemnicza kobieta: Gra** – kryminał, USA 2005
9:00 **Punkt krytyczny** (7)
10:00 **Morderstwa w Midsomer** (6) – krym.
12:00 **Potyczki Amy** (19) – obycz.
13:00 **Punkt krytyczny** (7)
14:00 **Prawo i porządek 11** (5)
15:00 **Morderstwa w Midsomer** (1) – krym.
17:00 **Żona idealna** (21, 22)
19:00 **Prawo i porządek 11** (5)
20:00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (20) – serial kryminalny, USA/Kan. 2002
21:00 **Prawo i porządek: Zbrodniczy zamiar** (12)
22:00 **Nowe gliny** (13) – krym.
23:00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (20) – krym.
0:00 ★★ **Terror na drodze** – thriller, USA 2004
2:00 ★★ **Tajemnicza kobieta: Gra** – kryminał, USA 2005

ALE KINO!



8:00 ○ **Motodrama** – komedia obyczajowa, Polska 1971 ★★
9:35 ○ **W oku kamery** (13): Przełomowe filmy – serial dok., Holandia 2009
10:15 ○ **Kontrakt** – thriller, Kanada/USA 2005 ★★
12:15 ○ KINO MÓWI: **Mleko** – dramat obyczajowy, Turcja/Francja/Niemcy 2008, wyk. Melih Selcuk ★★
14:25 ○ **Portrety. Andy Garcia** – film dokumentalny
14:35 ○ **Hawana: Miasto utracone** – dramat obycz., USA 2005, reż. Andy Garcia, wyk. Andy Garcia ★★
17:10 ○ **Babilon Nollywood** – film dok., Kanada 2008
18:20 ○ PREMIERA: **Indeks: Życie i twórczość Józefa M.** – film psychologiczny, Pol. 1977, wyk. Krzysztof Zaleski ★★
20:10 ○ **Inni** – horror, USA/Francja/Hiszpania 2001, reż. Alejandro Amenábar, wyk. Nicole Kidman, Fionnula Flanagan, Alakina Mann ★★★
22:05 ○ **Nieuchwytny cel** – film sensacyjny, USA 1993, reż. John Woo, wyk. Jean-Claude Van Damme, Chuck Pfarrer ★★
23:55 ○ **Lato miłości** – film obycz., W. Bryt. 2004, reż. Paweł Pawlikowski, wyk. Nathalie Press, Emily Blunt ★★★
1:30 ○ **Easy Rider** – dramat obyczajowy, USA 1969 ★★★
3:05 ○ **Sobowtór** – film obyczajowy, Polska 2005 ★★
4:15 ○ **Wstyd** – dramat obyczajowy, Polska 2006 ★★
5:35 ○ **Warzywniak, 360 st.** – film krótkom., Pol. 2006
6:00 **Zakończenie**

KINO POLSKA



5:55 **Sława i chwała** (4) – hist.
7:00 BAJKI: **Krasnoludki i diabełki** – serial anim.
7:10 BAJKI: **Lis Leon** – anim.
7:20 BAJKI: **Siódemka w krainie dziwolągów**
7:30 BAJKI: **Dwa koty i pies**
7:50 **Jan Serce** (9) – serial obycz.
8:50 **Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka** – kom. obycz., Pol. 1976 ★★
10:30 **Wyjście awaryjne** – komedia, Polska 1982 ★★
12:10 **Paryż-Warszawa bez wizy** – komedia przygodowa, Polska 1967 ★
13:50 **Barwy walki** – dramat wojenny, Polska 1964 ★★
15:20 **Na ekranie i na planie**
15:35 **Ręce do góry** – film obyczajowy, Polska 1967 ★★★
17:00 BAJKI: **Lis Leon** – anim.
17:15 BAJKI: **Gwiazdka**
17:25 BAJKI: **Duszek Georgie**
17:35 BAJKI: **Dwa koty i pies**
18:00 **W Iluzjonie** (2): Aleksander Żabczyński. Amant komediowo-liryczny
18:30 **Złota maska** – melodramat, Polska 1939 ★★
20:00 BAJKI: **Reksio** – serial animowany, Polska 1985
20:25 **Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka** – kom. obyczajowa, Polska 1976 ★★
22:10 **Cisza** – dramat obyczajowy, Polska 2001 ★★
23:50 **Przepraszam, czy tu biją?** – film sens., Pol. 1976 ★★★
1:20 **Poznań '56** – dramat społeczny, Polska 1996 ★★
3:10 **NOCNY MARATON FILMOWY Z KINOFFTEKĄ: Niech żyje pogrzeb!!!** – komediodramat, Pol. 2009 ★★

FILMBOX

6:15 **Magazyn Filmowy Premiery**
6:40 **Magiczna deskorolka** – kom. fantasy, USA 1993 ★
8:25 **Marzenia do spełnienia** – komedia obycz., Wł./Fr./W. Bryt./Niem./USA/Hol. 2002 ★
10:05 **Karlsson z dachu** – film animowany, Szwecja/Norwegia 2002 ★
11:35 **Marzenia do spełnienia** – komedia obycz., Wł./Fr./W. Bryt./Niem./USA/Hol. 2002 ★
13:15 **Czarowny kwiecień** – film obyczajowy, Wielka Brytania 1992 ★★
15:00 **The Beatles: Eksplozja**
17:05 **Uśmiech fortuny** – komedia, USA/Kan. 1997 ★
18:55 **Didier** – komedia, Francja/Belgia/Szwajcaria 1997 ★★
21:00 **Kto ją zabił?** – dramat kryminalny, USA 2005 ★★
23:05 **Omerta – zmowa milczenia** (1, 2) – serial sensacyjny, Kanada
0:20 **Nieśmiertelni** – horror, Francja 2002 ★★
2:00 **Kroniki portowe** – dramat obycz., USA/Kanada 2001 ★★★

FILMBOX EXTRA

7:35 **Niania w akcji** – kom. karate, Hongkong 2006 ★★
9:45 **Złodziejaszki** – film przygodowy, Luksemburg/W. Bryt./Niem. 2006 ★★
11:25 **Klinika Mercy Peak** (30-32)
13:50 **Herbie Hancock. Możliwości** – dok., USA
15:30 **Lew w zimie** (1, 2-ost.) – dramat hist., USA 2003 ★★
18:25 **Na koniec świata** (2/3) – film przyg., W. Bryt. 2005 ★★
20:00 **Coco Chanel** (2-ost.) – film obycz., Wł./Fr./W. Bryt. 2008 ★★
21:40 **Taxi 2** – komedia sensacyjna, Francja 2000 ★★
23:05 **Na ratunek** – thriller, Niemcy 2008 ★★
0:40 **Poza prawem** – western, USA 1994, wyk. Rob Lowe ★★
2:25 **Zagubieni w Pekinie** – dramat obycz., Chiny 2007 ★★

CANAL+

10:00 **Czerwone berety** – dram. obyczajowy, Polska 1962 ★★
11:45 **Łapu-capu extra**
12:20 **The Host: Potwór** – horror komediowy, Korea Południowa 2006 ★★
14:25 **X-Men 2** – film s.f., USA/Kanada 2003 ★★★
16:45 **Poirot: Wigilia Wszystkich Świętych** – dram. krym., W. Bryt. 2010 ★★
18:25 **Sindbad: Legenda siedmiu mórz** – film animowany, USA 2003 ★★
20:00 **Łapu-capu**
20:10 **Amerykański tata 4**
20:35 ✗ **Nie przegap** – mag.
20:45 ✗ **Łapu-capu**
20:50 ✗ **Minisport+**
21:00 PREMIERA: **Dziewczyna z pociągu** – dramat obyczajowy, Francja 2009 ★★
22:45 DESER: **Mały smok**
23:00 **Millennium: Mężczyźni, którzy nienawidzą kobiet** – dramat krym., Szwecja/Dania/Niemcy/Norwegia 2009 ★★★
1:35 **Miasto z morza** – film historyczny, Polska 2009 ★

CANAL+ FILM

12:10 **Amerykański tata 4**
12:35 **Minisport+**
12:45 **Łapu-capu**
12:50 **Nie przegap** – mag. inf.
13:00 **Kraina z marzeń** – dok.
14:00 **Aktualności filmowe**
14:30 **Ciosy** – dramat psycholog., Polska 1980 ★★
16:10 **Joe Strummer – niepisana przyszłość** – film dok., Irlandia/W. Bryt. 2007
18:20 **Instynkt wilka: Gorzkie kwiaty** – krym., Norwegia/Szwecja/Niemcy 2007 ★★
20:00 **Rockefeller Plaza 30 4** (16)
20:30 **Magia kłamstwa 2** (2)
21:15 **Kochankowie** – dramat obyczajowy, USA 2008 ★★
23:05 **South Park 14** – anim. dla dorosłych, USA 2010
23:30 **Dziewczyna z pociągu** – dram. obycz., Fr. 2009 ★★

HBO

6:00 **Noce w Rodanthe** – dramat obyczajowy, USA/Australia 2008 ★★
7:35 **Wszyscy mają się dobrze** – dramat obyczajowy, USA/Włochy 2009 ★★★
9:15 **Po prostu Peck** – komedia obyczajowa, USA 2009 ★★
10:50 **Dean Spanley** – komediodram., Nowa Zelandia/W. Bryt. 2008 ★★
12:35 **Czekoladowe lekcje** – komedia, Włochy 2007 ★★
14:10 **Do Czech razy sztuka** – komedia, Czechy 2008 ★★
15:35 **Żywy dowód** – film biograficzny, USA 2008 ★★
17:05 **Piekarz** – komedia krym., W. Bryt. 2007 ★★
18:30 **W krainie czarów** – komediodram., USA 2008 ★★
20:10 **Obsesja** – thriller, USA 2009, wyk. Idris Elba ★★
21:55 **Mogło być gorzej** (1) – serial kom., USA 2009
22:30 **Skradzione życie** – thriller, USA 2009 ★★
0:05 **Zakochany głupiec** – dramat obyczajowy, Wielka Brytania 2008 ★★

HBO 2

8:15 **Boisko z marzeń** – film familijny, Hiszpania 2008 ★★
10:00 **Świat na szóstkę** – komedia, USA 2003 ★★
11:35 **Helen** – dramat obycz., Kan./USA/W. Bryt./Niem. '09 ★★
13:30 **Wyznania zakupoholiczki** – kom. romant., USA 2009 ★★
15:15 **Świat według Iona B.** – film dok., Rumunia 2009
16:20 **Quiz Show** – film obyczajowy, USA 1994 ★★★
18:30 **Bellamy** – kryminał, Francja 2009 ★★
20:20 **Oczy węża** – thriller, USA 1998 ★★★
22:00 **Gdzie jest Nancy?** – thriller, USA 2008 ★★
23:40 **Dzielnica Lakeview** – thriller, USA 2008 ★★
1:25 **Kłopoty z Amandą** – komediodram., USA 2008 ★★

TCM

7:35 **Dwa tygodnie miłości** – komedia, USA 1950 ★
9:15 **Kosmiczne przygody Jennifer** – komedia romantyczna, USA 1966 ★★
11:10 **Na sali kinowej: Secret Cinema** – film dok., USA
11:30 **Wszystko, co mam, należy do ciebie** – musical, USA 1952 ★
13:10 **Oddać wszystko** – dramat obyczajowy, USA 1957 ★
15:00 **Mistrz** – melodramat, USA 1979 ★★
17:20 **Wszystko, co mam, należy do ciebie** – musical, USA 1952 ★
19:00 **W zwierciadle złotego oka** – film obycz., USA 1967 ★
21:00 **Na wrogiej ziemi** – dram. obyczajowy, USA 1989 ★★
23:05 **Zbieg z Alcatraz** – dramat sensacyjny, USA 1967 ★★★
0:45 **Podrabiany generał** – komedia, USA 1958 ★

TV 1000

6:00 **Historia Wendella Bakera** – komediodramat, USA 2005 ★★
8:00 **Stacja** – kryminał, Polska 2001 ★★
10:00 **Randki w ciemno** – kom. romantyczna, USA 2006 ★★
12:00 **Królowa Bollywood** – musical, W. Bryt. 2002 ★★
14:00 **Śledząc** – dramat krym., Wielka Brytania 1999 ★★
16:00 **Wszystkie niewidzialne dzieci** – dramat obyczajowy, Włochy/Francja 2005 ★★
18:10 **Zagadki Sfinksa** – film s.f., Kan./W. Bryt. 2008 ★★
20:00 **Kelnerzy** – komedia obyczajowa, USA 2005 ★★
22:00 **Piła 2** – thriller, USA 2005, wyk. Donnie Wahlberg ★★
0:00 **The Mikayla Chronicles** – film erotyczny, USA 2009 ★
2:00 **48 Ore** – film erotyczny, Włochy 2006 ★
4:00 **Halloween** – horror, USA 2007 ★★

CINEMAX

9:25 **Skrzydła odwagi** – film przygodowy, Fr./USA 1995 ★★
10:05 **Człowiek, który chciał być królem** – film przyg., W. Bryt./USA 1975 ★★
12:10 **Najlepsi reżyserzy Hollywood** – serial dok.
12:35 **Żegnaj, Solo** – dramat obyczajowy, USA 2008 ★★
14:05 **Rubin i Ed** – komedia, Wielka Brytania 1991 ★★★
15:30 **Tokijska sonata** – dramat obyczajowy, Japonia 2008 ★★
17:30 **Skrzydła odwagi** – film przygodowy, Fr./USA 1995 ★★
18:10 **Improwizacja** – komedia romant., W. Bryt./Fr. 1991 ★★
20:00 **Herbatka z Mussolinim** – obycz., Wł./W. Bryt. 1999 ★★
21:55 **W drodze** – dramat obyczajowy, USA 2008 ★★
23:30 **Truposz** – dramat psych., USA/Niemcy/Japonia 1995 ★★★
1:30 **Magiczny pocałunek** – film krótkom., Francja 2008

CINEMAX 2

6:00 **Wielki napad na pociąg** – film sens., W. Bryt. 1979 ★★
7:50 **Mama jest u fryzjera** – dramat obycz., Kan. 2008 ★★
9:25 **Patch Adams** – komediodramat, USA 1998 ★★
11:15 **Złodzieje motorów**
11:35 **Pole miłości** – dramat obyczajowy, USA 1992 ★★
13:20 **Listy do Jenny** – dramat obyczajowy, Argentyna/Hiszpania/Izrael 2007 ★★
14:55 **Biały balonik** – film obyczajowy, Iran 1995 ★★
16:20 **Człowiek, który chciał być królem** – film przyg., Wielka Brytania/USA 1975 ★★
18:25 **Puchar Himalajów** – kom. obycz., Bhutan/Australia '99 ★★
20:00 **W zawieszeniu** – dramat sensacyjny, USA 1999 ★★
22:05 **Amerykański gangster** – film sens., USA 2007 ★★★
0:40 **Zaufanie** – komediodram., Wielka Brytania/USA 1990 ★★

HBO COMEDY

10:00 **Różowe lata siedemdziesiąte 7** (2, 3)
10:50 **Króliczek** – komedia, USA 2008 ★★
12:25 **Dzieciak** – komediodram., USA 2000, wyk. Bruce Willis ★★
14:05 **Filmy i gwiazdy** – mag.
14:30 **Ale czad!** – komedia, USA 2009 ★★
16:00 **Różowe lata siedemdziesiąte 7** (2, 3)
16:45 **Króliczek** – komedia, USA 2008 ★★
18:20 **Dzieciak** – komediodram., USA 2000, wyk. Bruce Willis ★★
20:00 **Znudzony na śmierć** (5) – serial kom., USA 2009
20:30 **Ostatnia wola** – komedia, USA 2006 ★★
22:00 **Miłosna ruletka** – kom. romantyczna, USA 2002 ★★
23:30 **Znudzony na śmierć** (5)
0:00 **Jak to się robi w Ameryce** (7, 8) – serial komediowy, USA 2010

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych ✗ – niekodowany

Kropka tv

WT ŚR CZ

AXN



6:00 Medium 5 (11) – serial kryminalny, USA 2009
7:00 Battlestar Galactica (5) – serial s.f., USA 2004
8:00 Lost: Zagubieni 5 (12) – serial przyg., USA 2009
9:00 Tajemnice Smallville 2 (12) – serial s.f., USA/ Kanada 2002-2003
10:00 Diagnoza: morderstwo (7) – serial krym., USA 1993
11:00 Zdarzyło się jutro 3 (17) – serial sens., USA 1999
12:00 Battlestar Galactica (5) – serial s.f., USA 2004
13:00 Medium 5 (12) – serial kryminalny, USA 2009
14:00 Tajemnice Smallville 2 (12) – serial s.f., USA/ Kanada 2002-2003
15:00 Diagnoza: morderstwo (8) – serial krym., USA 1993
16:00 Zdarzyło się jutro 3 (18) – serial sens., USA 1999
17:00 Lost: Zagubieni 5 (13) – serial przyg., USA 2009
18:00 Tajemnice Smallville 2 (13) – serial s.f., USA/ Kanada 2002-2003
19:00 Battlestar Galactica (6) – serial s.f., USA 2004
20:00 Dr House 3 (16) – serial obyczajowy, USA 2007
21:00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 6 (13) – serial kryminalny, USA/ Kanada 2010
21:55 Zoom – magazyn rozrywkowy
22:00 Tożsamość szpiega (9) – serial krym., USA 2007
22:55 Zoom – mag. rozrywk.
23:00 Medium 6 (13) – serial kryminalny, USA 2009
0:00 Dr House 3 (16) – serial obyczajowy, USA 2007

FOX LIFE



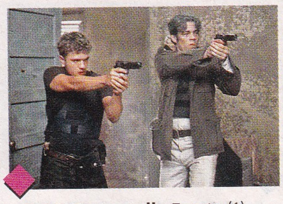
6:10 Kim jest Samantha? 2 (16) – kom., USA 2008
6:40 Cougar Town: Miasto kocic (16) – kom., USA
7:05 Dirty Dancing. Edycja brytyjska (1)
8:00 Gotowe na wszystko 4 (10) – obycz., USA 2007
9:00 Czarodziejki (10) – serial fantasy, USA 1999
9:50 Prywatna praktyka 2 (14) – obycz., USA 2008
10:45 Zaklinacz dusz 4 (18) – serial fantasy, USA 2008
11:40 Grey's Anatomy: Chirurdzy 6 (8) – serial obyczajowy, USA 2009
12:35 Czarodziejki (11) – serial fantasy, USA 1999
13:30 Powrót na October Road 2 (12) – obycz., 2008
14:25 Gotowe na wszystko 4 (11) – obycz., USA 2008
15:20 Zaklinacz dusz 4 (19) – serial fantasy, USA 2008
16:20 Prywatna praktyka 2 (15) – obycz., USA 2008
17:10 Grey's Anatomy: Chirurdzy 6 (9) – serial obyczajowy, USA 2009
18:10 Czarodziejki (12) – serial fantasy, USA 1999
19:10 Kim jest Samantha? 2 (17) – kom., USA 2008
19:35 Cougar Town: Miasto kocic (17) – kom., USA
20:05 Prywatna praktyka 2 (16) – obycz., USA 2008
21:00 Poślubione armii 4 (9) – serial obycz., USA 2007
22:00 Ocalić Grace 3 (9) – serial obyczajowy, USA 2007
22:55 Słowo na L 4 (8) – serial obycz., Kan./USA 2009
23:50 Grey's Anatomy: Chirurdzy 6 (9) – obycz.

COMEDY CENTRAL



6:00 Ukryta kamera
7:00 On, ona i dzieciaki 5 (1, 2) – serial komediowy, USA 2004-2005
7:50 8 prostych zasad 2 (7, 8) – serial kom., USA 2002
8:40 Sposób użycia 3 (9, 10) – serial kom., USA 2009
9:30 Dharma i Greg 5 (20, 21) – serial kom., USA 1997
10:20 Kasia i Tomek 4 (32) – kom., Polska 2002-2003
10:45 Kasia i Tomek 2 (1) – serial komediowy, 2003
11:15 Hoży doktorzy 3 (7, 8) – kom., USA 2003-2004
12:10 Wszyscy nienawidzą Chrisa 2 (1, 2) – serial komediowy, USA 2006
13:00 Jak poznałem waszą matkę 4 (21, 22) – serial kom., USA 2008-2009
13:55 Dharma i Greg 5 (22, 23) – serial kom., USA 1997
14:50 Kasia i Tomek 2 (2, 3) – serial komediowy, 2003
15:45 Jak poznałem waszą matkę 4 (23, 24) – serial kom., USA 2008-2009
16:40 8 prostych zasad 2 (5, 6) – serial kom., USA 2002
17:35 On, ona i dzieciaki 5 (3, 4) – serial komediowy, USA 2004-2005
18:25 Jak poznałem waszą matkę 5 (3, 4) – serial kom., USA 2009-2010
19:20 Hoży doktorzy 3 (9, 10) – kom., USA 2003-2004
20:10 Dwóch i pół (9, 10) – serial kom., USA 2003
21:00 Włatcy móch – anim., Pol.
22:45 Seks w wielkim mieście 2 (8, 9) – kom.
23:45 Dwóch i pół (7, 8) – kom.
0:50 U nas w Filadelfii 3 (6, 7)

UNIVERSAL CH.



7:20 Sprawa dla Frosta (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2002
9:00 Nash Bridges (14) – serial sensacyjny, USA 1996
10:00 Bez pardonu 2 (20) – serial krym., USA 2002
11:00 Strażnik Teksasu 4 (10) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
12:00 Prawdziwe powołanie (2) – serial s.f., USA 2005
13:00 Nash Bridges (14) – serial sensacyjny, USA 1996
14:00 Strażnik Teksasu 4 (10) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
15:00 Bez pardonu 2 (20) – serial krym., USA 2002
16:00 Świry (12) – serial kryminalny, USA 2006
17:00 Nash Bridges (14) – serial sensacyjny, USA 1996, wyk. Don Johnson
18:00 Strażnik Teksasu 4 (10) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
19:00 Prawdziwe powołanie (2) – serial s.f., USA 2005, wyk. Eliza Dushku
20:00 Świry (12) – serial kryminalny, USA 2006, wyk. James Roday
21:00 ★★ **Desperaci** – thriller, USA 2000, reż. Christopher McQuarrie, wyk. Benicio Del Toro, Ryan Phillippe, Juliette Lewis
23:15 ★★★ **Blues Brothers** – komedia sensacyjna, USA 1980, reż. John Landis, wyk. John Belushi, Dan Aykroyd, James Brown
1:45 Imprezowo (3) – serial obyczajowy, USA 2008
2:45 Zakończenie

POLSAT 2



6:00 Wydarzenia
6:30 Graczykowie (14) – serial kom., Pol. 2000
7:00 Gra w ciemno – telet.
8:00 Pierwsza miłość (1193) – serial obycz., Polska 2010
8:45 Samo życie (1529) – serial obycz., Polska 2010
9:30 Tajemnice losu – program rozrywkowy
10:15 Tylko miłość (49) – serial obycz., Polska 2008
11:15 Gra w ciemno – telet.
12:05 Interwencja – magazyn
12:30 Drogówka (289) – mag.
13:00 Daleko od noszy (81) – serial kom., Polska 2005
13:30 Świat według Kiepskich (188) – serial komediowy, Polska 2004
14:00 Rodzina zastępcza plus (308) – kom., Polska 2009
15:00 Mamuśki (4) – serial komediowy, Pol. 2007
15:30 Ewa gotuje – magazyn
16:00 Adam i Ewa (119) – telenowela, Pol. 2001
16:30 Gra w ciemno – telet.
17:30 Wydarzenia
18:00 Drogówka (290) – mag.
18:30 Malanowski i partnerzy (236) – serial fab.-dok., Pol. 2010
19:00 Graczykowie (15) – serial kom., Pol. 2000
19:40 Interwencja – magazyn
20:00 Wydarzenia
20:45 Pierwsza miłość (1194) – serial obycz., Pol. 2010
21:30 Samo życie (1530) – serial obycz., Pol. 2010
22:00 Rodzina zastępcza plus (309) – kom., Pol. 2009
23:00 Świat według Kiepskich (189) – kom.
23:30 Rodzina zastępcza (42)

AXN CRIME

11:00 Internat 4 (6) **12:35** Largo 2 (13)
13:35 T.J. Hooker 5 (2) **14:35** Na wariackich papierach 4 (12) **15:35** Komisarz Rex 2 (2) **16:35** Wzór 5 (2) **17:35** T.J. Hooker 5 (3) **18:35** Petrocelli 2 (4) **19:35** Detektyw w sutannie (1)
20:35 Na wariackich papierach 4 (12) **21:35** Komisarz Rex 2 (2) **22:35** Wzór 5 (2) **23:35** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 5 (4)

AXN SCI-FI

8:00 Teleshop **9:00** Battlestar Galactica 4 (16, 17) **11:00** Teleshop
13:00 Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (16) **14:00** Łowcy duchów 3 (17) **15:00** V 2 (17) **16:00** Battlestar Galactica 4 (16, 17) **18:00** Gwiezdne wrota 10 (1, 2)
20:00 Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (17) **21:00** Odysseja 5 (15) **22:00** Przygody Merlina (4) **23:00** Torchwood 2 (12)

POLSAT FILM

11:00 Daniel i superpsy – film familijny, Kan./W. Bryt. 2004
13:20 Miłośnicy psów – obycz., USA 2006 **15:30** To musisz być ty – kom., USA 2000 **17:30** Sanitariusze – kom., USA 1988 **19:20** Potwór z kosmosu – s.f., USA 1986
21:00 O czym marzą faceci – komedia kryminalna, USA 2001 **23:00** Podwójne oszustwo – film sens., USA 2001 **1:00** Zza kamery...

N FILM HD

14:10 Wielki film – kom., USA 2008 **15:35** Bilet do kina **15:55** Ja cię kocham, a ty z nim – kom., USA 2007 **17:35** Hot Spot **17:50** Star Trek: Rebelia – film s.f., USA 1998 **19:30** Hollywood Buzz
20:00 Magiczne okulary – film familijny, USA 2010 **21:30** Poziom P2 – thriller, USA 2007 **23:05** Idę do kina z... **23:30** Długie pożegnanie – dram. krym., USA 1973

MOVIES 24

12:20 Perry Mason: Pomścić asa – kryminał, USA 1988
14:20 Krwawe żniwo – film obycz., Kan. 1994 **16:10** Zdradliwa Alaska – film przyg., USA 1996 **18:00** Perry Mason: Notoryczna zakonnica – kryminał, USA 1986
20:00 Na dnie – dramat obycz., USA 2009 **22:00** Zaciemnienie – horror, USA 2009 **0:00** Sekret grzechu – film erotyczny, USA 1995

MGM HD

11:55 Misja na Bałkanach – film wojenny, USA 1964
13:30 Moja młoda ciotka – kom. sens., Hongkong 1983 **15:30** Zespół – film obycz., USA 1993 **17:20** Przybywa jeździec – western, USA 1978 **19:15** Nauczyciele – film obycz., USA 1984
21:00 Przyjaciółki – film obycz., USA 1966 **23:30** Wirus – horror s.f., USA/Fr./W. Bryt./Jap./Niem. 1999

ZONE ROMANTICA

13:00 Kraina namiętności (93) **14:00** Droga do Indii (131) **15:00** Kobieta ze stali (56) **16:00** Madame (1/2) – dram. obycz., Wł. 2004 **18:00** Ojciec Coraje (119) **19:00** Kraina namiętności (94)
20:00 Kobieta ze stali (57) – telenowela, Meksyk 2010 **21:00** Droga do Indii (132) **22:00** Madame (2-ost.) – dram. obycz., Wł. 2004 **0:00** Kraina namiętności (94)

ZONE CLUB

15:00 Przyjęcia specjalne (7) **15:30** Moda dla każdego (13) **16:00** Awłaściwie czyj to ślub? (32) **17:00** 10 lat mniej – Australia (5) **18:00** Swatka (4) **18:30** Potyczki na nożyczki (9) **19:30** 10 lat mniej (94)
20:00 Boskie wnętrza (123) **20:30** Od stóp do głów (41) **21:00** Gospodynie z kasą (10) **22:00** Porady różowej brygady 2 (27) **23:00** 10 lat mniej (67)

POLONIA 1

6:30 Gigi **6:50** Tygrysia maska **7:15** Ty albo nikt (47) **7:45** Top Shop
19:00 Namiętności (27) **19:45** Moje trzy siostry (6)
20:40 Najszczęśliwsze lata wojny – dram. wojenny, Australia 1998 **22:45** Erotyczna giełda **23:00** Porno filmy **23:20** Mocna ekstaza **23:30** Sex TV **23:40** Porno TV **23:50** Zaniedbywane **0:10** Porno TV **0:20** Reflex **0:30** Sex TV

ZONE REALITY

11:00 Niewiarygodne historie **12:00** To cud
13:00 Patrol na plaży Bondi **14:00** Powiedz mi, kim jesteś **15:00** Linia życia **16:00** To cud **17:00** Patrol na plaży Bondi **18:00** Powiedz mi, kim jesteś **19:00** Kuchenne brudy **19:30** Bez wyjścia
20:00 Niewyjaśnione tajemnice **21:00** Kobiety, które zabijają **23:00** To zostało nagrane!

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: △ – za zgodą rodziców □ – dla dorosłych X – niekodowany

POLSAT CAFE

- 6:45 **Telemarket**
- 7:00 **Aleja sław** – mag.
- 7:30 **Miłosne sidła** (1/2)
- 8:30 **Na zdrowie** (3) – mag.
- 9:00 **Nieznośne nastolatki**
- 10:00 **Gadżety kobiety** – mag.
- 10:30 **Gwiazdy na dywaniku**
- 11:00 **Kobieta Cafe** (2)
- 12:00 **Grunt to rodzinka**
- 13:00 **Biografie** – serial dokum.
- 14:00 **Supermodele** (9)
- 15:00 **Sekrety głodnych żon**
- 16:05 **mała Czarna** – talk-show
- 17:00 **Kobieta Cafe** (3)
- 18:00 **Sexy mama** (5) – mag.
- 18:30 **W obiektywie Justyny Steczkowskiej** – program rozrywkowy
- 19:00 **Moment prawdy**
- 20:00 **Nieletnie matki** (1) – serial dokumentalny
- 20:35 **Czego naprawdę pragną kobiety** (9)
- 21:05 **Kobieta Cafe** (4)
- 22:05 **Jem i chudnę**
- 22:35 **15 największych tragedii w Hollywood** – film dok.
- 23:35 **Akademia łajdaków**
- 0:35 **Zagubione w życiu** (9)
- 1:05 **Kobieta Cafe** (1)

POLSAT PLAY

- 13:00 **Samo się nie zrobi** (10)
- 13:30 **Wysportowani** – mag.
- 14:00 **Supertwardziel** (5)
- 15:00 **Kolekcjonerzy** (22)
- 15:30 **W obliczu śmierci – GOPR** (10)
- 16:00 **Historia Igrzysk Olimpijskich: Wiek olimpiad** (1)
- 17:05 **120 M/H** – mag. motor.
- 17:35 **Gadżety Salety** – mag.
- 18:05 **Jak wydać miliard**
- 18:35 **Polska liga cudzoziemska** (22) – serial dokum.
- 19:05 **The Best of** (22)
- 19:35 **Wędkarskie przygody Reksa Hunta** (2)
- 20:05 **Historia Formuły 1**
- 21:10 **Tylko dla orłów** (11)
- 21:40 **Ochroniarze** (11)
- 22:10 **Za kratami** – serial dok.
- 22:40 **Siły zbrojne** (11)
- 23:10 **Jet Sex: Poufnie** (11)

DOMO

16:40 Twoje – moje pokoje 3 (4) **17:15** Wnętrza (104) **18:00** Sąsiedzi **18:10** Spryciula (16) **18:35** Ratujcie moją łazienkę (19) **19:00** Gardeners' World (5)
20:00 Ambroży Price zostaje dekoratorem (9) **20:30** Niebiański ogród (4) **21:00** Dach nad gwiazdami (2) **21:30** Carter potrafi (6) **22:00** Dizajnerska dziewiątka (6) **23:00** Dotyk designu (5)

KUCHNIA TV

18:30 Podróż kucharza (21) **19:00** Domowy kucharz (14) **19:30** Kuchnia jak życie (49)
20:00 Kulinarne podróże Sary Wiener (7) **20:30** Anna Olson: Sezon na świeżość 2 (26) **21:00** Gary Rhodes w kuchni przez cały rok (3) **21:30** Łatwa kuchnia indyjska 2 (4) **22:00** River Cottage na zawsze (1) **22:30** Manic Organic (11) **23:00** Kryzys na farmie Jimmy'ego (1)

TVN STYLE

- 8:30 **Akademia ogrodnika**
- 8:35 **Co się nosi** – mag.
- 9:37 **O tym się mówi** – mag.
- 9:45 **Czas na biżuterię**
- 9:55 **Czytam, bo lubię 3**
- 10:15 **Pogromczyni długów**
- 10:45 **Metamorfozy Goka**
- 11:50 **O tym się mówi** – mag.
- 12:00 **Perfekcyjna pani domu 3** (4) – pr. rozrywkowy
- 13:15 **Zawody** – pr. rozrywkowy
- 13:45 **Beautiful Story. Piękna historia** – serial dokum.
- 14:00 **10 kilo do zrzucenia**
- 14:30 **W kinie i na kanapie 3**
- 14:50 **Czas na biżuterię**
- 15:00 **Nastolatki do poprawki**
- 16:00 **Druga strona medalu 3**
- 16:30 **Rewolucja na talerzu 2**
- 17:00 **Pora do szkoły**
- 17:15 **Jak dobrze wyglądać nago** – serial dokum.
- 18:15 **Magiel towarzyski 8**
- 19:00 **Programy dla dzieci**
- 20:00 **Metamorfozy Goka**
- 21:10 **Socjeta 2** – pr. rozrywk.
- 21:30 **Między nami rodzicami 2**
- 22:00 **Trochę zdrowia 4**
- 22:30 **Sposób na teściową**
- 23:00 **Kobieta na zakręcie 5**

BBC ENTERTAINMENT

- 13:10 **Hotel Zacisze** (1)
- 13:50 **Dalziel i Pascoe** (6)
- 14:50 **Torchwood bez tajemnic** (6) – serial dokumentalny
- 15:00 **Mistrz Kuchni: Australia** (9) – pr. rozrywkowy
- 16:00 **Pogotowie remontowe** (1, 2) – serial dokum.
- 17:15 **Prawdziwe przekręty** (4)
- 17:55 **Najsłabsze ogniwo**
- 18:50 **Mistrz Kuchni: Australia** (10) – pr. rozrywkowy
- 19:20 **Wspaniałe desery** (3)
- 19:50 **Allo, Allo** (6)
- 20:25 **Moja rodzinka 5** (11)
- 21:00 **Sprawy inspektora Lynleya** (6)
- 22:00 **Milczący świadek** (10)
- 23:05 **Pogotowie remontowe** (3, 4) – serial dokum.
- 0:20 **Wielkie pomysły Jamesa Maya** (3-ost.) – film dok.

BBC KNOWLEDGE

11:00 Nauka i zbrodnia (13) **12:00** Top Gear 5 (4)
13:00 Wojownicy (3) **14:00** Syn Boga (3) **15:00** Podróż do gwiazd: planety (1) **16:00** Chcę być... (3) **17:00** Top Gear 5 (4) **18:00** Wyścigi zbrojeń (8) **19:00** Cudowne figury
21:00 Prawdziwe zbrodnie (2) **22:00** Podróż do gwiazd: planety (2) **23:00** Top Gear 5 (5)

BBC LIFESTYLE

13:45 Pogotowie remontowe 17 (1, 2) **14:50** Domowe rewolucje (11) **15:55** Dzieciaki XXI wieku (2) **17:00** Kuchenne koszmary (3) **18:00** Dolce Vito: Restauracja marzeń – powrót (5, 6) **19:00** Pogotowie remontowe 17 (3, 4)
20:00 Domowe rewolucje (12) **21:00** Zapraszam do stołu (47, 48) **22:00** Uczty Hestona (6) **23:05** Ku... jak kucharz – smakowite kąski (1)

PLANETE

- 6:45 **Samoloty wojskowe na świecie** (3, 4)
- 9:10 **Czarna muzyka** (1, 2-ost.)
- 11:10 **Gustave Eiffel. Nie tylko wieża** – film dok., Francja
- 12:10 **Zaklinacz chmur**
- 13:15 **Claude Levi-Strauss**
- 14:15 **Pies w akcji 4** (7, 8)
- 15:15 **Zanim przeklną nas dzieci** (2-ost.) – film dok.
- 16:15 **Podwórkowe mądrości** (10) – serial dok.
- 16:50 **Mała planeta, wielkie pomysły** (1/13) – dok.
- 17:20 **Samotny Samarytanin**
- 18:20 **Judas Priest. Bogowie heavy metalu** – film dok.
- 19:10 **Katastrofa zbiornikowca „Exxon Valdez"**
- 20:15 **Podwodne safari** (1/2)
- 20:45 **Prosta historia wszystkiego** – film dok.
- 21:40 **Piasek jest drapieżnikiem**
- 22:35 **Witamy w nanoświecie** (4-ost.) – serial dok., Fr.
- 23:35 **W przeddzień** (3)
- 0:35 **Ameryka. Apogeum zła** (2) – serial dokumentalny
- 1:35 **Dziennik mafijnego bossa** – film dok., Wł.

ANIMAL PLANET

- 7:00 **Pierwszy rok życia pandy**
- 8:00 **Pandy w niebezpieczeństwie**
- 9:00 **Wszystko o kotach**
- 10:00 **Szkoła safari** (15)
- 10:30 **Słonica Echo z Amboseli**
- 11:00 **Rekordy zwierząt**
- 12:00 **Jadowite Vegas**
- 14:00 **Miasto małp** – Złe smoki
- 14:30 **Wyspa orangutanów**
- 15:00 **Człowiek rekin**
- 17:00 **Zwierzęce urwisy** (3, 4)
- 18:00 **Dziennik z życia wielkich kotów** (1)
- 18:30 **Słonica Echo z Amboseli**
- 19:00 **Dziwaczne stworzenia**
- 20:00 **Walka o przetrwanie**
- 21:00 **Wataha** (2)
- 21:30 **Gryzący mordercy** (6)
- 22:30 **Policja dla zwierząt w Detroit** – Umęczony
- 23:30 **Na posterunku**

TLC

6:00 Cukiernicy na start **7:00** Kulinarna Grecja **7:30** Szef kuchni w Twoim domu **8:00** Rodzina 2 + 8 **9:00** Jak się nie ubierać? **10:00** Medyczne zagadki **11:00** Ciąża z zaskoczenia **11:30** Rodzina 2 + 8 **12:30** Cukiernicy na start
13:30 Kulinarna Grecja – Morskie przysmaki **14:00** Miami Ink – studio tatuażu **15:00** Przeżyć atak! – Braterstwo **16:00** Salon sukien ślubnych – Kopciuszki małe i duże **17:00** Wielkie projekty (1) **18:00** Cukiernicy na start **19:00** Jak się nie ubierać?
20:00 Miami Ink – studio tatuażu – Szaleństwo na deskach **21:00** Ciąża z zaskoczenia – Studentka pierwszego roku **21:30** Premiera: Policjantki – Przeszukaj mnie! **22:30** Premiera: Kobiety, które niosły śmierć **23:30** Szokująca prawda **0:30** Miami Ink – studio tatuażu **1:30** Ciąża z zaskoczenia

DISCOVERY CH.

- 7:00 **poTURBOwani** (6)
- 8:00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
- 9:00 **Brudna robota**
- 10:00 **Sekundy grozy** (45, 46)
- 11:00 **Amerykański chopper**
- 12:00 **Szkoła przetrwania**
- 13:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
- 14:00 **Brudna robota**
- 15:00 **Jak to jest zrobione?**
- 16:00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
- 17:00 **Amerykański chopper**
- 18:00 **Szkoła przetrwania**
- 19:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
- 20:00 **Jak to jest zrobione?** (4)
- 20:30 **Wybuch kontrolowany**
- 21:30 **Rzeczne potwory: Ryba wielka jak aligator**
- 22:30 **Szkoła przetrwania**
- 23:30 **Pokaż, co potrafisz** (4, 5)
- 0:30 **Wojny na stadionach**
- 1:30 **Sekundy grozy** (13)
- 2:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
- 3:00 **Wybuch kontrolowany**
- 3:50 **Rzeczne potwory: Ryba wielka jak aligator**

DISCOVERY WORLD

- 6:00 **Inżynieria ekstremalna**
- 7:00 **Broń przyszłości**
- 8:00 **Pola bitew**
- 9:00 **Co wiedzieli starożytni**
- 10:00 **Z akt FBI**
- 11:00 **Legendy u schyłku życia**
- 12:00 **Inżynieria ekstremalna**
- 13:00 **Katastrofy**
- 14:00 **Szalona prędkość**
- 14:30 **Człowiek, który przetrwa wszystko**
- 15:30 **Historia oręża** – Myśliwce
- 16:30 **Pola bitew**
- 17:30 **Z akt FBI**
- 18:30 **Legendy u schyłku życia**
- 19:30 **Inżynieria ekstremalna**
- 20:30 **Historia oręża**
- 21:30 **Historie lotnicze**
- 22:30 **Seryjni mordercy**
- 23:30 **Niezwykłe opowieści medyczne**
- 0:30 **Broń przyszłości**

DISCOVERY SCIENCE

6:00 Gadget Show (28) **6:30** Tajemnice zwykłych rzeczy (5) **7:00** Brainiac (13) **8:00** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **9:00** Gadżety przyszłości **10:00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **11:00** Jak to jest zrobione? **12:00** Brainiac (1) – serial dok.
13:00 Wszechświat według Stephena Hawkinga **14:00** Łowcy grozy **15:00** Statki olbrzymy **16:00** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **17:00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **18:00** Gadget Show (29) **18:30** Jak to jest zrobione? **19:30** Pod lupą naukowców – serial dokum.
20:30 O co tu chodzi? – serial popularnonaukowy **21:30** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **22:30** Wyjaśnić niewyjaśnione **23:30** Skąd to się bierze? (2) **0:30** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **1:30** Tajemnice zwykłych rzeczy (6)

NATIONAL GEOGR.

- 6:00 **Zaklinacz psów**
- 7:00 **Złapany na gorącym uczynku** – Życie w dziczy
- 8:00 **Królestwo żarłaczy tygrysich**
- 9:00 **Granica**
- 10:00 **Ostry dyżur na morzu**
- 11:00 **Wielka wyprawa do Afryki**
- 12:00 **Czysta nauka**
- 13:00 **Duży, wielki, największy**
- 14:00 **Zaginiony grobowiec Heroda**
- 15:00 **Wojna śmigłowców**
- 16:00 **Alcatraz dla niedźwiedzi polarnych** (s. 56)
- 17:00 **Złapany na gorącym uczynku** – Figle zwierząt
- 18:00 **Zaklinacz psów**
- 19:00 **Katastrofa w przestworzach**
- 20:00 **Duży, wielki, największy**
- 21:00 **Wielkie konstrukcje**
- 22:00 PREMIERA: **Rozbiórka na wielką skalę**
- 23:00 **Brutalny odwet**
- 0:00 **Wielkie konstrukcje**
- 1:00 **Rozbiórka na wielką skalę**
- 2:00 **Duży, wielki, największy**

NATIONAL GEOGR. WILD

6:00 Na ratunek zwierzętom (7) **6:30** Robale z piekła rodem **7:00** Groźne żywioły **8:00** Na gorącym uczynku 2 **9:00** Polowanie na wodne potwory **10:00** Badacze rekinów **11:00** Groźne żywioły **12:00** Prehistoryczne drapieżniki
13:00 Polowanie na wodne potwory **15:00** Anakonda – królowa węży **16:00** Inwazja gigantycznych pytonów **17:00** Na ratunek zwierzętom (12) **17:30** Małpi biznes (2) **18:00** Prehistoryczne drapieżniki **19:00** Polowanie na wodne potwory – Połowy gołymi rękami
20:00 Złapany na gorącym uczynku – Życie w dziczy **21:00** Premiera: Błyskawice bez tajemnic **22:00** Premiera: Jeden ocean **23:00** Polowanie na wodne potwory **0:00** Błyskawice bez tajemnic

TRAVEL CHANNEL

- 8:00 **Podróże dookoła świata**
- 9:00 **Szef kuchni za granicą**
- 9:30 **Spragniony podróżnik**
- 10:00 **Nieustraszony podróżnik** (2) – Uzbekistan
- 11:00 **Obieżyświat**
- 12:00 **Kuchnie świata** – Liban
- 13:00 **Azja** – Mumbai
- 13:30 **Travel 2010** – Listopad
- 14:00 **Podróże dookoła świata**
- 15:00 **Obieżyświat**
- 16:00 **Szok kulturowy** – Manila
- 16:30 **Szef kuchni za granicą**
- 17:00 **Spragniony podróżnik**
- 17:30 **Azja** (1) – Bali
- 18:00 **Obieżyświat**
- 19:00 **Esencja podróży**
- 19:30 **Narciarski świat**
- 20:00 **Niebieski kontynent**
- 21:00 **Podróże po świecie**
- 21:30 **Szef kuchni za granicą**
- 22:00 **Obieżyświat**
- 23:00 **Nieustraszony podróżnik** (6) – Ladakh
- 0:00 **Esencja podróży**

Kropka tv

WT ŚR CZ

CANAL+ SPORT

7:00 **Sport+ Extra** – magazyn
9:00 **Piłka nożna** – Liga hiszpańska: FC Barcelona – Real Madryt
11:15 **Euroleague Show** – mag.
11:50 **Piłka nożna** – Liga angielska: Manchester United – Blackburn Rovers
13:50 **Piłka nożna** – Klub kibica – mecz: KGHM Zagłębie Lubin – Lechia Gdańsk
16:00 **Piłka nożna** – La Liga
17:00 **Piłka nożna** – Serie A
18:00 **Piłka nożna** – Premiership
19:00 **Piłka nożna** – Ligue1
20:00 **Czempioni w Plusie** – Krzysztof Włodarczyk
21:00 **Moto+** – mag. sportowy
21:30 **1 na 1** – mag. sportowy
22:00 **Strefy Euro** – magazyn
22:45 **Piłka nożna** – Klub kibica – mecz: Widzew Łódź – Górnik Zabrze
1:00 **Piłka nożna** – Serie A
2:00 **Piłka nożna** – La Liga
3:00 **Euroleague Show** – mag.
3:35 **Sport+** – mag. sportowy
4:50 **Piłka nożna** – Klub kibica – mecz: Cracovia Kraków – PGE GKS Bełchatów

POLSAT SPORT

7:00 **Siatkówka kobiet** – Superpuchar Polski: Organika Budowlani Łódź – BKS Aluprof Bielsko-Biała
9:10 **Trans World Sport**
10:10 **Piłka ręczna kobiet** – mecz: Polska – Turcja
12:10 **Siatkówka mężczyzn** – PlusLiga – mecz: AZS Politechnika Warszawska – PGE Skra Bełchatów
14:20 **Kulisy sportu – wywiady Romana Kołtonia**
14:50 **Siatkówka mężczyzn** – PlusLiga – mecz: Delecta – ZAKSA
17:00 **FIFA Futbol Mundial**
17:30 **Siatkówka kobiet** – Liga Mistrzyń *live*
18:00 **Siatkówka kobiet** – LM: BKS Aluprof Bielsko-Biała – Dynamo Romprest Bukareszt; RC Cannes – Organika Budowlani Łódź *live* (s. 56)
22:00 **Magazyn piłki ręcznej**
22:30 **Siatkówka kobiet** – LM – mecz fazy grupowej
0:30 **Boks**
1:30 **Zakończenie**

EUROSPORT

9:00 **Champions Club** – mag.
10:15 **Pływanie** – ME na krótkim basenie w Eindhoven
11:00 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
12:00 **Biegi narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
12:45 **Eurogole** – mag. piłkarski
13:15 **Champions Club** – mag.
14:30 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
16:00 **Biegi narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
17:45 **Przełamując lody** – mag.
18:00 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuopio *live*
19:00 **Eurogole Flesz**
19:10 **Halo, halo! Tu Londyn!**
19:15 **Tenis stołowy** – Turniej International Cup – ćwierćfinał *live*
20:30 **Eurogole**
21:00 **Boks** – Walka o mistrzowskie pasy federacji WBA i IBF w Las Vegas – waga piórkowa: Yuriorkis Gamboa – Orlando Salido
23:00 **Freeride Spirit** – mag.
23:15 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuopio

DISNEY CHANNEL

7:20 Przystanek dżungla **7:45** Timmy i przyjaciele **8:00** Klub przyjaciół Myszki Miki **8:50** Złota Rączka **10:00** Nie ma to jak statek **10:20** Teraz Miki **10:30** Hannah Montana **10:55** Fineasz i Ferb **11:20** Czarodzieje z Waverly Place **11:40** Słoneczna Sonny **12:05** Kim Kolwiek **12:25** Teraz Miki **12:30** Jake i Blake **12:55** Jonas
13:20 Hannah Montana **13:45** Przygody Timmy'ego **14:00** Wymiennicy **14:20** Teraz Miki **14:30** Słoneczna Sonny **14:55** Do dzwonka **15:00** Czarodzieje z Waverly Place **15:25** Kim Kolwiek **15:50** Fineasz i Ferb **16:00** Hannah Montana **16:25** Do dzwonka **16:35** Jake i Blake **17:00** Słoneczna Sonny **17:25** H_2O – wystarczy kropla wody **17:50** Czarodzieje z Waverly Place **18:15** Nie ma to jak statek **18:40** Hannah Montana **19:05** Do dzwonka **19:15** Hannah Montana **19:40** Jonas – serial kom.
20:00 Słoneczna Sonny **20:25** Teraz Miki **20:30** H_2O – wystarczy kropla wody

CARTOON NETWORK

6:25 Atomówki **6:50** Scooby-Doo **7:15** Scooby-Doo, gdzie jesteś? **7:40** Johnny Test **8:05** Tom i Jerry **8:15** Bakugan młodzi wojownicy **8:40** Angelo rządzi **9:05** Hero 108 **9:30** Ben 10 **9:55** Tom i Jerry **10:35** Cartoon Toon Toon: Bakugan młodzi wojownicy **11:25** Cartoon Toon Toon: Niezwykłe przypadki Flapjacka **12:15** Xiaolin – pojedynek mistrzów **12:40** Hero 108
13:05 Młodzi Tytani **13:55** Ed, Edd i Eddy **14:20** Bliźniaki Cramp **14:45** Dom dla zmyślonych przyjaciół pani Foster **15:10** Edek Debeściak **15:35** Ben 10 **16:00** Johnny Test **16:25** Bakugan młodzi wojownicy: Nowa Vestroja **16:50** Hero 108 **17:15** Niezwykłe przypadki Flapjacka **17:40** Angelo rządzi **18:05** Tom i Jerry **18:10** Ben 10: Obca potęga **18:35** Chowder **19:00** Bakugan młodzi wojownicy: Nowa Vestroja **19:25** Xiaolin – pojedynek mistrzów **19:50** Tajemniczy Sobotowie
20:15 Batman: Odważni i bezwzględni **20:40** Atomówki

ORANGE SPORT

7:00 **Piłka nożna** – Ekstraklasa
9:15 **Arsenal 360** – magazyn
9:45 **Piłka nożna** – Liga angielska: FC Aston Villa Birmingham – Arsenal Londyn
11:30 **Piłka nożna** – Ekstraklasa
13:45 **Ekstraklasa raport**
15:00 **Ligue 1 raport** – magazyn
15:45 **Piłka nożna** – Ekstraklasa
18:00 **Świat Arsenalu** – mag.
18:30 **Sztuki walki** – Gala UFC 123 – walka: Quinton Jackson – Lyoto Machid
21:30 **Liga Sagres raport**
22:00 **Piłka nożna** – Liga portugalska: Sporting Lizbona – FC Porto
23:45 **Koszykówka mężczyzn** – Zjednoczona Liga VTB – mecz: Asseco Prokom Gdynia – Żalgiris Kowno
1:30 **Piłka nożna** – Ekstraklasa

POLSAT FUTBOL

7:00 **Piłka nożna** – Liga rosyjska
9:00 **Piłka nożna** – Liga holenderska: NEC Nijmegen – Twente Enschede
11:00 **Piłka nożna** – Liga ukraińska
13:00 **Piłka nożna** – Liga angielska: Newcastle United – Chelsea Londyn; Tottenham Hotspur – FC Liverpool
17:00 **Magazyn ligi rosyjskiej**
17:30 **Magazyn ligi holenderskiej**
18:00 **Piłka nożna** – Liga angielska – mecz: Stoke City – Manchester City
20:00 **Piłka nożna** – Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Madryt
22:00 **Piłka nożna** – Liga niemiecka – mecz: Bayern Monachium – Eintracht Frankfurt
0:00 **Piłka nożna** – Liga rosyjska

EUROSPORT 2

11:00 **Freestyle motocross**
12:30 **Piłka nożna** – 2. liga niemiecka: SpVgg Greuther Fürth – TSV 1860 Monachium
14:00 **Piłka nożna** – Liga niemiecka
15:00 **Champions Club** – mag.
16:15 **Siatkówka kobiet** – Liga włoska
17:00 **Koszykówka mężczyzn** – Eurocup – mecz fazy grupowej: UNICS Kazań – Le Mans Sarthe Basket *live*
18:45 **Wiadomości Eurosportu**
19:00 **Koszykówka mężczyzn** – Eurocup – mecz: Galatasaray Café Crown – Panellinios BC Ateny; Sevilla BC – VEF Ryga *live*
22:15 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuopio
23:00 **Freestyle motocross** – Gladiator Games w Pradze

DISNEY XD

6:50 Dzieciak kontra Kot **7:15** Fineasz i Ferb **8:05** Kick Strach się bać **8:30** Pokémon DP: Gallactic Battles **8:55** Pośmiej się **9:00** Zeke i Luther **9:50** Ja w kapeli **10:15** Marvel Super Hero Squad **10:40** Nie ma to jak statek **12:00** Fineasz i Ferb **12:25** Pośmiej się **12:30** Fineasz i Ferb
13:00 Dzieciak kontra Kot **13:30** Zafalowani **14:00** Nie ma to jak hotel **14:50** Zeke i Luther **15:15** Marvel Super Hero Squad **15:45** Kick Strach się bać **16:10** Pośmiej się **16:15** Ja w kapeli **16:40** Nie ma to jak statek **17:05** Zeke i Luther **17:55** Fineasz i Ferb **19:10** Zafalowani **19:35** Kick Strach się bać
20:00 Fineasz i Ferb **20:25** Pośmiej się **20:30** Dzieciak kontra Kot **21:00** Ja w kapeli

NICKELODEON

6:30 SpongeBob Kanciastoporty **7:00** Danny Phantom **7:30** Ni Hao Kai-Lan **8:00** Wspaniałe zwierzaki **8:30** Śladem Blue **9:30** Dora poznaje świat **10:30** Fanboy i Chum Chum **11:00** Jimmy Neutron: Mały Geniusz **11:30** Pingwiny z Madagaskaru **12:00** Zagroda według Otisa **12:30** Drake i Josh
13:00 iCarly **13:30** Kotopies **14:30** Wróżkowie chrzestni **15:00** Awatar: Legenda Aanga **15:30** SpongeBob Kanciastoporty **16:00** Fanboy i Chum Chum **16:30** Big Time Rush **17:00** iCarly **17:30** Brygada **18:00** Z życia nastoletniego robota **18:30** Wróżkowie chrzestni **19:00** SpongeBob Kanciastoporty **19:30** Pingwiny z Madagaskaru – serial anim.
20:00 iCarly **20:30** Brygada

N SPORT

9:05 **Poniedziałkowy program piłkarski** – magazyn
11:05 **Tydzień na maksa**
11:30 **Gwiżdżę na to** – mag.
12:05 **Nasza piłka** – magazyn
13:05 **Piłka nożna** – Liga Mistrzów
15:05 **Sylwetka** – cykl reportaży
15:30 **Gwiżdżę na to** – mag.
16:05 **Poniedziałkowy program piłkarski** – magazyn
18:00 **Serwis** – pr. informacyjny
18:30 **Legia – stawka większa niż mecz** – serial dokum.
19:00 **Serwis** – pr. informacyjny
19:05 **Piłka nożna** – Liga Mistrzów
20:00 **nWieczór** *live*
21:00 **Serwis** – pr. informacyjny
21:10 **Przesłuchanie** – mag.
21:30 **Magazyn Ligi Mistrzów**
22:00 **Serwis** – pr. informacyjny
22:30 **Tydzień na maksa**
23:00 **Serwis** – pr. informacyjny
23:10 **Nasza piłka** – magazyn
0:00 **nWieczór** – magazyn
1:00 **Zakończenie**

POLSAT SPORT EXTRA

7:00 **Piłka ręczna mężczyzn** – PGNiG Superliga mężczyzn
9:00 **Puchar Świata w narciarstwie alpejskim** – magazyn
9:40 **K.O. TV Classics** – mag.
10:50 **Cafe Futbol** – magazyn
12:30 **Kulisy sportu – wywiady Romana Kołtonia**
13:00 **Piłka ręczna mężczyzn** – Liga Mistrzów – mecz fazy grupowej
15:00 **Futbol amerykański** – NFL
18:00 **K.O. TV Classics** – mag.
19:00 **Piłka ręczna mężczyzn** – Liga Mistrzów – mecz fazy grupowej
21:00 **K.O. TV Classics** – magazyn bokserski
22:00 **Cafe Futbol** – magazyn
23:40 **Siatkówka kobiet** – Liga Mistrzyń – mecz fazy grupowej
1:40 **Zakończenie**

TVP SPORT

8:35 **Z archiwum TVP**
9:00 **Koszykówka** – Euroliga kobiet – mecz: Rivas Ecopolis – Lotos Gdynia
10:55 **Telezakupy** – mag. rekl.
11:30 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
13:20 **Z archiwum TVP**
13:30 **Koszykówka mężczyzn** – Tauron Basket Liga – mecz: Zastal Zielona Góra – PGE Turów Zgorzelec
15:25 **Dzień na wyścigach – Służewiec 2010** (66)
16:00 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
17:45 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuopio *live*
19:20 **Biegi narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
22:25 **Explorers Festival – Łódź 2010** – reportaż
23:00 **Sportowy wieczór**
23:20 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuopio

TVN TURBO

6:00 Operacja tuning 7 **6:30** Legendy PRL 7 **7:00** Rekrut **7:30** Zakup kontrolowany 10 **8:35** Ice Road Truckers 2 **9:35** Na osi **10:05** Zobacz to! 2 **10:40** Moto-On 5 **11:10** Armwrestling – Puchar Świata **11:40** Katrina **12:40** Najniebezpieczniejsze zawody
13:35 Legendy PRL 7 **14:05** Ale urwał! **14:40** Operacja tuning 7 **15:10** TurboNet **15:40** Niebezpieczne pasje (1/3) **16:45** Zobacz to! 2 **17:25** Automaniak 5 **18:00** Raport Turbo **18:25** Legendy PRL 5 **18:55** Męski typ (4) **19:25** Raport Turbo **19:50** Steven Seagal: stróż prawa (10)
20:20 De Lux 6 **20:40** Katrina **21:40** Uwaga! Pirat! 5 **22:30** Raport Turbo **22:55** Uwaga! Pirat! **23:30** Na osi **0:00** Telezakupy erotyczne **0:25** Show Me Sex **0:50** Telezakupy erotyczne **1:10** Show Me Sex **1:30** Telezakupy erotyczne

BBC CBEEBIES

10:50 Listonosz Pat 4 **11:05** Przygody Rozi **11:20** Pokaż mi, pokaż **11:45** Boogie Beebies **12:00** Nosal i Skrob **12:20** Potrafię gotować **12:35** Penelopa K. **12:50** Wielka rodzina – serial animowany
13:00 Waybuloo **13:25** Pinky Dinky Doo **13:40** Błyśnij-błyskula **14:00** Teletubisie **14:25** Czerwony traktorek **14:40** Traktor Tom **14:50** Listonosz Pat 4 **15:05** Przygody Rozi **15:20** Pokaż mi, pokaż **15:45** Boogie Beebies **16:00** Nosal i Skrob **16:20** Potrafię gotować **16:35** Penelopa K. **16:50** Wielka rodzina **17:00** Waybuloo **17:25** Pinky Dinky Doo **17:40** Błyśnij-błyskula **18:00** Teletubisie **18:25** Czerwony traktorek **18:40** Traktor Tom **18:50** Listonosz Pat 4 **19:05** Binka **19:10** Fimbusie – Kufer ze skarbami **19:30** Wesoła farma **19:45** Waybuloo – serial anim.
20:05 Dobranocny ogród

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców ▢ – dla dorosłych

ZIG ZAP

6:00 Liga Złośliwców **6:30** Backstage **7:00** Ruby Gloom **7:30** Superszpiedzy **8:00** Strażnicy z Chinatown **8:30** Podcats **8:55** Krasula Kimy **9:10** Szpieg w krainie gwiazd **9:40** 6 w pracy **10:10** Titeuf 2 **10:35** Przymierzalnia **10:45** Przymierzalnia: Zoey 101 4 **11:20** Przymierzalnia **11:35** Lou! **12:00** Ruby Gloom **12:30** Muzz Up **12:55** Kod Lyoko
13:20 Titeuf 2 **13:45** Kapitan Biceps **13:50** Liga Złośliwców **14:10** 6 w pracy **14:35** Huntik: Łowcy tajemnic **15:00** Tajna misja **15:15** Batman 2 **15:45** Zwierzakowo **16:10** Rahan – syn czasów mroku **16:35** Superszpiedzy **17:00** Strażnicy z Chinatown **17:25** Pamiętnik Sofii **17:30** Pora na Hit! **18:00** Sprawa oddalona 2 – serial dla młodzieży **18:30** Przypadki nastolatki – serial dla młodzieży **19:00** Pies, który mówi – serial familijny **19:30** Co u Dani? 2 – serial komediowy
20:00 Amika – serial dla młodzieży **20:30** Degrassi – nowe pokolenie 9 – serial dla młodzieży

JIM JAM

13:45 Tomek i przyjaciele **14:00** Bob Budowniczy **14:10** Co ja widzę?! **14:25** Igloo-Gloo **14:40** Rubbadubbers **14:50** Oswald **15:05** Antek Mrówka **15:20** Dorotka – wesoły dinozaur **15:30** Barney i przyjaciele **15:55** Tigga & Togga **16:05** Igloo-Gloo **16:20** Co ja widzę?! **16:35** Kacper **16:45** Strażak Sam **16:55** Antek Mrówka **17:10** Bob Budowniczy **17:20** Tomek i przyjaciele **17:35** Bob Budowniczy **17:45** Rubbadubbers **17:55** Oswald **18:15** Małe planety **18:30** Dougie w przebraniu **18:40** Magiczny klucz **18:50** Dougie w przebraniu **19:00** Bajki i bajeczki **19:15** Tork **19:25** Świnka Chudzinka **19:35** Roztańczona Angelina **19:50** Dougie w przebraniu
20:00 Magiczny klucz

VIVA POLSKA

10:45 Parot **11:00** Kocha, nie kocha **11:30** Zrywacz **12:00** Parot **12:30** Kocha, nie kocha
13:00 Viva królowie densfloru **13:30** Hot or Not **14:30** Planet VIVA **15:00** In & Out **16:00** VIVA Hits Polska **17:00** Street Charts **18:00** 4 Girls Only **19:00** PL Top 10
20:00 10 na 10 **21:00** VIVA Mjuzik Kłiiiz (10) **22:00** Ringtone Shop **23:00** Viva Night Spot

VH 1 POLSKA

12:00 VH1 Hits
13:00 VH1 kontra **14:00** VH1 Hitters **15:00** Pop chart **16:10** Wszyscy kochają Raymonda 7 (20, 21) **17:00** Cudowne lata (13, 14) **18:00** Tak, kochanie (6, 2) **19:00** Zwariowany świat Malcolma (15-18)
20:35 Cudowne lata (17, 18) **21:30** Diabli nadali 6 (9, 10) **22:20** Byle do przodu (18, 15) **23:10** Wszyscy kochają Raymonda 7 (20, 21)

BOOMERANG

6:15 Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **6:40** Szczeniak zwany Scooby-Doo **7:05** Yogi – łowca skarbów **7:30** Droopy i Dripple **8:00** Tom i Jerry **8:25** Zwariowane melodie **8:55** Flintstonowie **9:20** Jetsonowie **9:45** Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **10:10** Garfield **10:35** Kaczor Dodgers **11:00** Scooby-Doo **11:30** Odlotowe wyścigi **12:00** Dastardly i Muttley **12:25** Porażki króla Artura **12:50** Pomocy! To banda Kudłacza
13:15 Szczeniak zwany Scooby-Doo **13:40** Przygody Popeye'a **14:05** Scooby-Doo, gdzie jesteś? **14:30** Kot Tip-Top **14:55** Hong Kong Fu-i **15:20** Kaczor Dodgers **15:45** Jetsonowie **16:10** Flintstonowie **16:35** Zwariowane melodie **17:00** Tom i Jerry **17:20** Kot Tip-Top **17:45** Odlotowe wyścigi **18:00** Dastardly i Muttley **18:30** Scooby-Doo **19:00** Johnny Bravo **19:30** Laboratorium Dextera
20:00 Zwariowane melodie **20:20** Kaczor Dodgers **20:45** Garfield **21:10** Flintstonowie **21:35** Jetsonowie **22:00** Yogi – łowca skarbów

MINI MINI

13:30 Marta mówi **14:00** Niedźwiedź w dużym niebieskim domu 2 **14:25** Olinek Okrąglinek **14:50** Lusia **14:55** Harry i wiaderko pełne dinozaurów **15:05** Kolorowy świat Pacyka **15:15** Małe zoo Lucy **15:25** Gwiazdka Laury **15:40** Kraina Elfów **15:50** Strażackie opowieści **16:15** Przygód kilka wróbla Ćwirka **16:25** Miffy **16:30** Zgaduj z Jessem **16:45** Stacyjkowo **16:55** Tomek i przyjaciele **17:05** Clifford – duży czerwony pies **17:30** Minikolory **17:35** Bawmy się, Sezamku **18:05** Niezwykłe przygody Berta i Erniego **18:10** Świat Elmo **18:25** Nouky i przyjaciele 2 **18:30** Stuart Malutki **18:55** Rajdek – mała wyścigówka **19:05** Opowieści z Tinga Tinga **19:20** Mania **19:30** Marta mówi
20:00 Małgosia i buciki 2

MTV POLSKA

17:00 Kardashianowie **18:00** Koszmar minionej randki (14) **18:30** Szał ciał PL **19:00** Szał ciał **19:30** Co na to tato? (2)
20:00 Moje supersłodkie urodziny PL **20:30** Grzechy Hollywood (7) **21:00** Zemsta na brutalu (15) **21:30** Miłość w rytmie rocka **22:00** Królowe krzyku (4) **22:30** Polowanie na singla **23:00** Włatcy móch **0:00** Udręki młodego Bergera (3)

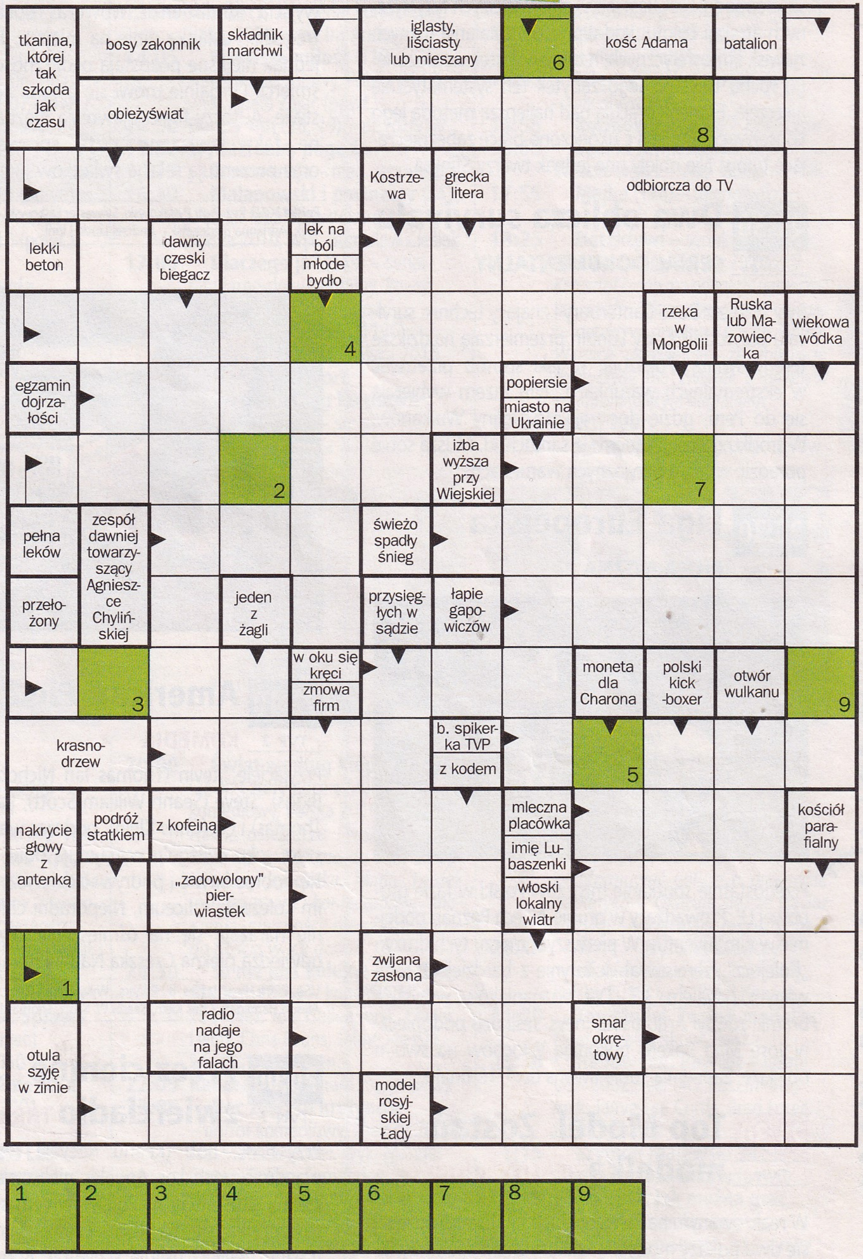
4FUN TV

13:00 Parowanie **13:30** Wróżby **14:00** Polska Top Lista **15:00** Wróżby **15:30** Kiedy weźmiesz ślub **16:00** Parowanie **16:30** Imię drugiej połówki **17:00** Top 10/Czat **18:00** Muzyczny alfabet/Wróżby **19:00** Top tygodnia
20:00 Generał Italia **20:30** Non Stop Fresh/Data urodzenia **21:00** Best of dance **22:00** Hit Me **23:00** Zakazane piosenki + Kamasutra

WYŚLIJ SMS na nr 7143 *i wygraj!*



6x *Zestaw kosmetyków* z serii Granat

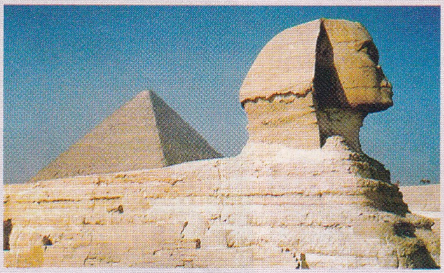


ROZWIĄZANIE BEZ POLSKICH ZNAKÓW prześlij SMS-em na numer 7143, w treści wpisując KTV.48.K05. i hasło krzyżówki. Koszt SMS-a 1,22 zł z VAT. Termin nadsyłania rozwiązań: 22.11 – 2.12.2010 r.

FUNDATOREM NAGRÓD JEST BIELENDA

warto obejrzeć

21:00 Pradawne sekrety
NATIONAL GEOGRAPHIC
SERIAL DOKUMENTALNY



Liczący sobie kilka tysięcy lat posąg Sfinksa znajduje się nieopodal Gizy. Jest jedną z największych turystycznych atrakcji Egiptu. Pod wpływem działania różnych zjawisk atmosferycznych, a także wskutek wzmożonego ruchu turystycznego zabytek ten systematycznie niszczeje. Eksperci pracują nad najlepszą metodą jego konserwacji. W 1998 r. ukończono prace zabezpieczające tułów. Nie objęły one jednak twarzy Sfinksa.

21:30 Dwa oblicza survivalu
DISCOVERY CHANNEL
SERIAL DOKUMENTALNY

Były żołnierz Dave Canterbury i znający techniki survivalu przyrodnik Cody Lundin przemierzają najdziksze tereny świata. Pokazują, w jaki sposób przetrwać w ekstremalnych warunkach. Tym razem wybierają się do Peru, gdzie docierają do Doliny Wulkanów. W środku dziczy psuje im się samochód. Muszą sobie poradzić w mało przyjaznych warunkach.

20:30 Liga Europejska
TV 4
PIŁKA NOŻNA



Przedostatnie spotkanie mistrzów Polski w fazie grupowej LE. Prowadzący w grupie A Lech Poznań podejmie w nim Juventus. W pierwszym meczu tych drużyn „Kolejorz" zremisował w Turynie z bardziej utytułowanym rywalem 3:3. Dla poznaniaków wszystkie bramki zdobył Artjoms Rudnevs. Jeśli dziś podopieczni Jose Mari Bakero pokonają Włochów na swoim obiekcie, zapewnią sobie awans do 1/16 finału.

21:30 Top Model. Zostań modelką
TVN
REALITY SHOW

W realizowanym na żywo odcinku finałowym odbędą się dwa pokazy mody z udziałem wszystkich trzynastu uczestniczek show. W jednym z nich gościnnie wystąpi Anja Rubik. Pojawią się również wszyscy sędziowie, instruktorzy i gwiazdy programu. O zwycięstwo i atrakcyjne nagrody, m.in. zdjęcie na okładce miesięcznika „Glamour", walczą trzy finaliści.

20:55 Wszystkie ręce umyte. Sprawa Barbary Blidy
TVP 2
DOKUMENT FABULARYZOWANY

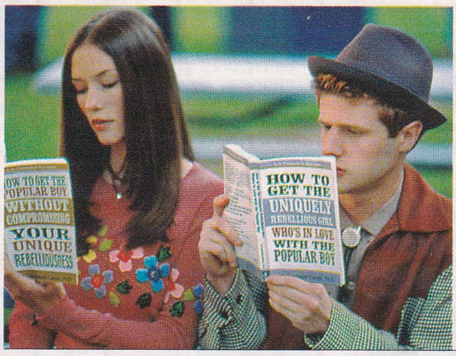


Śmierć, która wstrząsnęła polską sceną polityczną i opinią publiczną. Jak naprawdę zginęła znana polityk?

25 kwietnia 2007 roku, Siemianowice Śląskie. Funkcjonariusze ABW przyjeżdżają rano do domu posłanki Barbary Blidy (Adrianna Biedrzyńska). Ich celem jest przeszukanie domu. Kobieta jest bowiem podejrzewana o związek z aferą korupcyjną – miała uczestniczyć w przekazaniu łapówki w sprawie związanej z tzw. mafią węglową. Podczas wykonywania czynności przez agentów Blida prosi o pozwolenie wyjścia do łazienki. Wówczas dochodzi do tragedii. Posłanka ginie na miejscu. Do dziś jednak niejasne pozostają okoliczności jej śmierci. Oficjalnie mówi się o samobójstwie. Autorzy filmu ujawniają nieznane fakty związane z tą sprawą oraz prezentują relacje świadków.

Polska 2010. Reż. Piotr Pytlakowski, Sylwester Latkowski. Wyk. Adrianna Biedrzyńska, Andrzej Lipski i inni

FOT. ARTINET



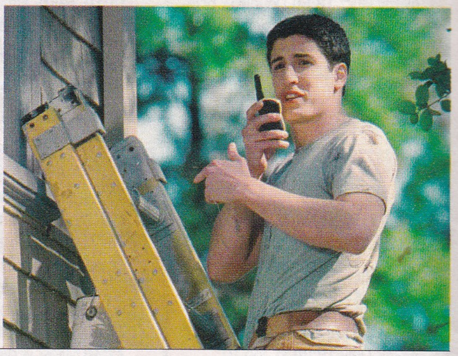
20:30 To nie jest kolejna komedia dla kretynów
POLSAT
KOMEDIA ★ Janey Briggs (Chyler Leigh) jest lekceważona przez innych licealistów z powodu swego oryginalnego wyglądu. Szkolny obiekt westchnień, Jake Wyler (Chris Evans), gwiazda drużyny piłki nożnej, postanawia zakpić sobie z dziewczyny. Zakłada się z kolegami, że przy jego pomocy zostanie ona miss balu maturalnego. Z kolei młodszy brat Janey, Mitch (Cody McMains), marzy o erotycznym wtajemniczeniu.

USA 2001. Reż. Joel Gallen. Wyk. Chyler Leigh, Chris Evans, Jaime Pressly, Eric Christian Olsen, Cody McMains, Mia Kirshner, Deon Richmond i inni

22:10 American Pie 2
TVP 2
KOMEDIA ★

Przyjaciele, Kevin (Thomas Ian Nicholas), Jim (Jason Biggs), Steve (Seann William Scott), Paul (Eddie Kaye Thomas) i Oz (Chris Klein), podczas wakacji po pierwszym roku college'u wynajmują dom na plaży. Chcą się dobrze bawić i podrywać dziewczyny. Towarzyszą im koleżanki z liceum. Nieporadni chłopcy nieustannie narażają się na ośmieszenie. Tymczasem Jima odwiedza piękna Czeszka Nadia (Shannon Elizabeth).

USA 2001. Reż. James B. Rogers. Wyk. Jason Biggs, Shannon Elizabeth, Alyson Hannigan, Chris Klein, Seann W. Scott, Thomas Ian Nicholas i inni



20:00 Przez ciemne zwierciadło
TVN 7
THRILLER SF ★★

Przyszłość. Bob (Keanu Reeves) rozprowadza na przedmieściach Los Angeles niebezpieczny narkotyk zwany substancją A. Pod wpływem specyfiku mózg rozszczepia się na dwie części. Tajny agent Fred (Keanu Reeves) usiłuje schwytać Boba. W tym celu przenika do środowiska narkomanów. W filmie zastosowano technikę, która pozwoliła nakręcony w tradycyjny sposób obraz przetworzyć na animację.

USA 2006. Reż. Richard Linklater. Wyk. Keanu Reeves, Rory Cochrane, Robert Downey Jr., Mitch Baker, Steven Chester Prince, Winona Ryder i inni

23:30 Halloween: Powrót
TVN
HORROR ★

Halloween. Kilkoro studentów ma spędzić noc w rodzinnym domu znanego seryjnego mordercy, Michaela Myersa (Brad Loree). Wydarzenie to będzie można oglądać na żywo w Internecie. Ten z uczestników, który dotrwa do rana, zwycięży. Wszyscy w znakomitych humorach udają się do ponurego domostwa. Nie mają pojęcia, że grozi im śmiertelne niebezpieczeństwo. Zabawa zamienia się w koszmar.

USA 2002. Reż. Rick Rosenthal. Wyk. Jamie Lee Curtis, Brad Loree, Busta Rhymes, Bianca Kajlich, Tyra Banks, Sean Patrick Thomas i inni

TVP 1

5:05 **Moda na sukces** (5240, 5241) – telenowela, USA 2008 (powt.)
6:00 **Kawa czy herbata?** – magazyn
8:05 **Polityka przy kawie**
8:20 **Radio Romans** (26): Porwanie – serial obyczajowy, Polska 1994
8:55 **Mały rycerz El Cid** – anim.
9:30 **Budzik:** Ptaszki w zimie
10:00 **Moliki książkowe** – magazyn
10:20 **Szerokie tory** – cykl reportaży
10:50 **Raj** – magazyn
11:20 **Telezakupy**
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12:40 NATURA W JEDYNCE: **Ewolucja życia** (3) – serial dokumentalny, W. Brytania 2005
13:45 **Plebania** (1585) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
14:15 **Klan** (1974) – telen. (powt.)
14:45 **Opole 2010 na bis** – koncert
15:00 **Wiadomości, pogoda**
15:15 **Celownik** – mag. reporterów
15:35 **Plebania** (1586) – serial obyczajowy, Polska 2010
16:00 **Klan** (1975) – telen., Pol. 2010
16:35 **Teleexpress**
16:50 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Kuopio – studio *live*
17:00 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Kuopio *live*
19:05 **Wieczorynka:** Olimpiada Bolka i Lolka – serial anim., Polska 1984
19:30 **Wiadomości, sport**
20:25 **Ranczo** (49): Debata – serial obyczajowy, Polska 2009

TVP 2

5:30 **M.A.S.H.** (128) – serial komediowy, USA 1977
6:00 **Opowiedz nam swoją historię...** – talk-show (powt.)
6:50 **Telezakupy**
7:25 **Na dobre i na złe** (61) – serial obyczajowy, Polska 2001
8:30 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
9:00 **Pogoda**
9:05 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
9:35 **Panorama**
9:40 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
10:15 **Pogoda**
10:20 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
10:50 **Aleja gwiazd** – talk-show
11:10 **„Czas honoru" – flesh**
11:15 **Gilotyna** – teleturniej (powt.)
11:50 **Doktor Martin** (23) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2006
12:50 **Faceci do wzięcia:** On, ona, on – serial kom., Pol. 2007 (powt.)
13:25 **Tak to leciało!** – teleturniej muzyczny (powt.)
14:30 **Barwy szczęścia** (498) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
15:05 **M jak miłość** (789) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
16:00 **Program lokalny**
16:35 **Opowiedz nam swoją historię...** – talk-show
17:25 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
18:00 **Panorama, sport**
18:40 **Gorący temat** – program publicystyczny
19:00 **Licencja na wychowanie** (71) – serial komediowy, Polska 2010

POLSAT

5:00 **Wstawaj! Gramy!** – pr. muz.
6:00 **Nowy dzień z Polsat News**
7:25 **Kot w butach** – film animowany, Japonia 1969, reż. Kimio Yabuki ★★
8:55 **Miodowe lata** (1, 2) – serial komediowy, Polska 1998-2001
10:00 **Daleko od noszy** (133, 134) – serial komediowy, Polska 2007
11:00 **Malanowski i partnerzy** (242) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010 (powt.)
11:30 **Mamuśki** (1) – serial komediowy, Polska 2007
12:00 **Rodzina zastępcza plus** (216): Kręte ścieżki kariery – serial komediowy, Polska 2005
13:00 **Niania** (1, 2) – serial komediowy, Rosja 2004, wyk. Ira Andreeva
14:05 **Pierwsza miłość** (1195) – serial obyczajowy, Polska 2010, wyk. Aneta Zając (powt.)
14:50 **Benny Hill** (28, 29) – pr. rozrywk.
15:50 **Wydarzenia, pogoda**
16:15 **Interwencja** – mag. reporterów
16:30 **Malanowski i partnerzy** (243) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010, wyk. Bronisław Cieślak
17:00 **Dlaczego ja?** (119) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010, reż. Okił Khamidow
18:00 **Pierwsza miłość** (1196) – serial obyczajowy, Polska 2010
18:50 **Wydarzenia, sport**
19:30 **Świat według Kiepskich** (166): Energetyk – serial komediowy, Polska 2002

TVN

5:40 **Uwaga!** – mag. rep. (powt.)
6:00 **Mango** – telezakupy
7:00 **Granie na śniadanie** – teleturniej interaktywny *live*
8:00 **Majka** (173) – telenowela, Polska 2010 (powt.)
8:30 **Dzień dobry TVN** – mag. *live*
11:00 **Na Wspólnej** (1352) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
11:35 **Granie na ekranie** – teleturniej interaktywny *live*
12:10 **Mango** – telezakupy
12:40 **W-11 – Wydział Śledczy** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010 (powt.)
13:20 **Detektywi** – serial fabularno--dokumentalny, Polska 2010 (powt.)
13:50 **Niania** (87, 88) – serial komediowy, Polska 2008
14:55 **Między kuchnią a salonem** – talk-show *live*
15:55 **Rozmowy w toku** – talk-show
16:55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** – serial fabularno-dok.
17:55 **Majka** (174) – telenowela, Polska 2010, wyk. Joanna Osyda
18:25 **Detektywi** – serial fabularno--dokumentalny, Polska 2010
Krzysztof Dzióło ma odnaleźć narzeczoną klienta. Ojciec mężczyzny nalega, by detektywi przerwali poszukiwania. Wkrótce okazuje się, że zniknięcie dziewczyny ma związek z pewnym kompromitującym nagraniem.
19:00 **Fakty, sport**
19:50 **Uwaga!** – magazyn reporterów

ŚR

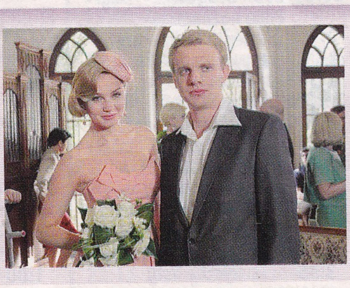
CZ

wieczór









TVP 1

21:30 **Ratownicy** (10) – serial obyczajowy, Polska 2010
Olga niepokoi się o Norberta, który nie daje znaku życia. Kobieta odreagowuje stres na Cezarym. Między małżonkami dochodzi do kłótni. Zainteresowanie Staszka tajemniczą Tamarą drażni Aśkę. Kobieta decyduje się wrócić do stolicy. Hubert zrywa z Darią.
22:25 **Niepokonani. Niezwykłe historie** – talk-show
23:00 **Warto rozmawiać** – talk-show *live*
23:50 KINO NOCNYCH MARKÓW: **Łup** (7, 8-ost.) – serial obyczajowy, Francja 2008
Alex nawiązuje kontakty towarzyskie z kolegami z pracy. Zaczyna bywać z nimi w nocnych klubach, próbuje też narkotyków. Kobieta uświadamia sobie, jak łatwo można stracić pieniądze, zarobione na giełdzie.
1:40 **Telezakupy**
2:00 **Stacyjka** (11, 12) – serial komediowy, Polska 2004
3:55 **Zagadkowa Jedynka** – program rozrywkowy
4:55 **Zakończenie**

TVP 2

19:35 **Faceci do wzięcia:** Wiódł ślepy kulawego – serial komediowy, Polska 2006
Roman operuje sobie nos, a Wiktor na meczu tenisa zrywa ścięgno Achillesa. Po powrocie ze szpitala przyjaciele mają problemy z wykonaniem najprostszych czynności.
20:10 **Barwy szczęścia** (499) – serial obyczajowy, Polska 2010
20:40 **Barwy życia** – cykl felietonów
20:55 **Wszystkie ręce umyte. Sprawa Barbary Blidy** – dokument fabularyzowany, Pol. 2010 (s. 64)
22:10 KINO NA MAKSA: **American Pie 2** – komedia, USA 2001, reż. James B. Rogers ★ (s. 64)
0:05 **Kryminalne zagadki Las Vegas 8** (13) – serial kryminalny, USA/Kanada 2008
1:00 **Dr House 6** (123) – serial obyczajowy, USA 2009
1:50 **PitBull** (24, 25) – serial sensacyjny, Polska 2008
3:35 **Walker** – dramat biograficzny, USA/Meksyk/Hiszpania 1987, reż. Alex Cox, wyk. Ed Harris ★★
5:10 **Zakończenie**

POLSAT

20:00 **Świat według Kiepskich** (350): Cztery noce z Marią – serial komediowy, Polska 2010
Halina oświadcza Ferdkowi, że za klika dni przyjedzie do nich w odwiedziny jej ciotka, Maria. Ferdek jest oburzony koniecznością znoszenia obecności niespodziewanego gościa w ich domu.
20:30 **To nie jest kolejna komedia dla kretynów** – komedia, USA 2001, reż. Joel Gallen, wyk. Chyler Leigh, Chris Evans, Jaime Pressly, Eric Christian Olsen ★ (s. 64)
22:05 **Kabarety** – program rozrywkowy
23:05 **Noc żywych kretynów** – horror komediowy, Niemcy 2004, reż. Mathias Dinter, wyk. Manuel Cortez, Collien Fernandes ★
Filip i jego dwaj kumple to wyjątkowi nieudacznicy. Są pośmiewiskiem całej szkoły. Pewnego dnia Filip wpada na pomysł, jak przemienić się w superfaceta. Razem z kolegami udaje się na rytualne spotkanie wyznawców wudu.
1:05 **Tajemnice losu** – pr. rozrywk.
4:40 **TV Market** – magazyn reklamowy

TVN

20:05 **Na Wspólnej** (1353) – serial obyczajowy, Polska 2010
Zuza i Kamil biorą ślub. Panna młoda w pobliżu Urzędu Stanu Cywilnego dostrzega Romana. Daniel chce poinformować policję o przemycie narkotyków. Okazuje się, że Gąsior złożył już obciążające go zeznania.
20:45 **W-11 – Wydział Śledczy** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010, wyk. Rafał Kopacz
21:30 **Top Model. Zostań modelką:** Finał – reality show, Polska (s. 64)
23:30 **Halloween: Powrót** – horror, USA 2002, reż. Rick Rosenthal, wyk. Jamie Lee Curtis, Brad Loree, Busta Rhymes ★ (s. 64)
1:15 **Szymon Majewski Show** – program rozrywkowy (powt.)
2:15 **Po co spać, jak można grać** – program interaktywny *live*
3:10 **Telesklep** – magazyn reklamowy
3:35 **Kuba Wojewódzki** – talk-show (powt.)
4:25 **Rozmowy w toku** – talk-show (powt.)
5:15 **Nic straconego** – programy powtórkowe

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych

TV 4



5:00 KINOmaniak – mag.
5:25 **Lalola** (12) – telenowela, Argentyna 2007
6:10 **Muzyczne listy** – magazyn muzyczny
7:15 **Słoneczny patrol** (64) – serial obycz., USA 1989
8:20 **Dziewczyny z fortuną** – teleturniej
9:20 **Morze miłości** (61) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
10:20 **Osaczona** (51) – serial obyczajowy, USA 2007
11:20 **Nie igraj z aniołem** (71) – serial obycz., Meksyk 2008
12:20 **Muzyczne listy** – magazyn muzyczny
13:30 **KINOmaniak** – mag.
14:00 **Dziewczyny z fortuną**
15:00 **Słoneczny patrol** (65) – serial obycz., USA 1989
16:00 **Zbuntowani 2** (29) – serial obyczajowy, Meksyk 2005
17:00 **Osaczona** (52) – serial obyczajowy, USA 2007
18:00 **Nie igraj z aniołem** (72) – serial obycz., Meksyk 2008
19:00 **Morze miłości** (62) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
20:00 **STOP Drogówka** – mag.
20:30 **Piłka nożna:** Liga Europejska – mecz fazy grupowej: Lech Poznań – Juventus Turyn *live* (s. 64)
23:00 **Magazyn Ligi Europejskiej** – magazyn
23:35 **Gry łóżkowe** – thriller ★ erotyczny, USA 2001, reż. George Santo Pietro, wyk. Cal Bartlett, Sondra Currie
1:45 **Modelki Janice Dickinson** (3, 4) – pr. rozr.
3:35 **Muzyczne listy** – magazyn muzyczny
4:25 **TV Market**
4:59 **Zakończenie**

TVN 7



5:10 **Marina** (71) – telenow., USA/Meksyk 2006
6:00 **Na Wspólnej** (793) – serial obycz., Polska 2007
6:30 **Kuba Wojewódzki** – talk-show
7:25 **Plotkara** (6) – serial obyczajowy, USA 2008
8:25 **Brzydula** (129, 130) – serial kom., Polska 2009
9:25 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze** (18) – serial sensacyjny, USA 1995
10:25 **Ally McBeal** (10) – serial kom., USA 1998
11:25 **Mango** – telezakupy
13:00 **Apetyt na kasę** *live*
14:00 **Marina** (72) – telenow., USA/Meksyk 2006
15:00 **Kuba Wojewódzki** – talk-show
16:00 **Plotkara** (7) – serial obyczajowy, USA 2008
17:00 **Brzydula** (131, 132) – serial kom., Polska 2009
18:00 **JAG – Wojskowe Biuro Śledcze** (19) – serial sensacyjny, USA 1995
19:00 **Ally McBeal** (10) – serial kom., USA 1998
20:00 **ŚRODA NA MIARĘ** ★★ **OSCARA: Przez ciemne zwierciadło** – thriller s.f., USA 2006, reż. Richard Linklater, wyk. Keanu Reeves, Woody Harrelson (s. 64)
22:00 **Bez śladu** (12) – serial kryminalny, USA 2003
22:55 **Żona astronauty** ★★ – thriller s.f., USA 1999, reż. Rand Ravich, wyk. Johnny Depp, Charlize Theron
1:00 **Arkana magii** – interaktywny program rozrywkowy, Polska
3:05 **Zakończenie**

TVP POLONIA



7:00 **Szansa na sukces**
7:55 **Wakacje z duchami** (6) – serial przyg., Polska 1970
8:30 **Pytanie na śniadanie**
9:00 **Pogoda**
9:05 **Pytanie na śniadanie**
9:35 **Panorama**
9:40 **Pytanie na śniadanie**
10:15 **Pogoda**
10:20 **Pytanie na śniadanie**
10:55 **Smaki polskie** – magazyn
11:10 **M jak miłość** (772) – serial obycz., Polska 2010
12:00 **Wiadomości**
12:15 **Plebania** (1576) – obycz.
12:40 **Polska 24. Opinie**
13:05 **Wilnoteka** – magazyn
13:15 **Męskie-żeńskie** (4) – serial obycz., Polska 2004
14:00 **Makłowicz w podróży**
14:25 **Barwy szczęścia** (274) – serial obycz., Polska 2009
14:55 **Białe tango** (3) – serial obyczajowy, Polska 1981
16:00 **Złote Przeboje – lista przebojów** – mag. muz.
16:30 **Złotopolscy** (53) – telenowela, Polska 1998
17:00 **Teleexpress**
17:20 **Kołysz mnie... Śpiewa Martyna Jakubowicz** – koncert, Polska 1992
18:15 **Skarby nieodkryte** – telet.
18:45 **Plebania** (1576) – serial obyczajowy, Polska 2010
19:15 **DOBRANOCKA: Dziwny świat kota Filemona**
19:30 **Wiadomości, sport**
20:15 **Młode wilki 1/2** – film ★★ sensacyjny, Polska 1997, wyk. Anna Mucha
22:00 **Polska 24. Informacje**
22:30 **Laskowik & Malicki**
23:35 **Warto rozmawiać**
0:50 **Złote Przeboje – lista przebojów** – mag. muz.

TV PULS



6:00 **Stacja Porankowo** – program dla dzieci
7:00 **Sędzia Judy** – reality show, USA 2006
7:30 **Burza uczuć** (585) – telenowela, Niemcy 2005
8:30 **Pustynna miłość** (65) – telenowela, USA/Kolumbia/Brazylia 2010
9:30 **Domy nie do sprzedania** – magazyn poradnikowy
10:00 **Gdzie jest Elisa?** (65) – telenowela, USA 2010
11:00 **Burza uczuć** (586) – telenowela, Niemcy 2005
12:00 **JRG w akcji** (1) – serial dokumentalny, Polska 2010
12:30 **Sędzia Judy** – reality show, USA 2006
13:00 **Pustynna miłość** (66) – telenowela, USA/Kolumbia/Brazylia 2010
14:00 **Gdzie jest Elisa?** (66) – telenowela, USA 2010
15:00 **Bajki animowane**
15:55 **Robin Hood** (3, 4) – przyg., W. Brytania 1986
18:00 **Bajki animowane**
18:30 **JUNIOR TV: Myszorki na prerii** – serial animow.
19:00 **JUNIOR TV: Pszczółka Maja** – serial animowany
19:30 **JUNIOR TV: Tom i Jerry** – serial animowany, USA
20:00 **JUNIOR TV: Pixie i Dixie** – serial anim., USA 1962
20:30 **WWE Superstars**
21:30 **Strach się bać!** – reality show, USA 2003
22:00 **Goło i wesoło** – pr. rozr.
22:30 **Szok Video** (13) – dok.
23:30 **Odliczanie** – film ★ sensacyjny, Rosja 2004, reż. Jewgienij Ławrientiew
1:30 **Programy powtórkowe**
5:30 **Telemarket**

ZONE EUROPA



8:00 **Spadkobiercy Emmy** ★★ **Harte** (1, 2-ost.) – dramat obyczajowy, W. Brytania 1986, reż. Don Sharp, wyk. Jenny Seagrove
11:40 **Extralarge 2: Misja** ★ **Kondora** – komedia krym., USA/Włochy 1993, reż. Alessandro Capone, wyk. Bud Spencer
13:20 **Nell** – dramat ★★ obyczajowy, USA 1994, reż. Michael Apted, wyk. Jodie Foster, Liam Neeson
15:20 **Fantaghiro 2** – film ★★ fantasy, Włochy 1992, reż. Lamberto Bava, wyk. Alessandra Martines
17:30 **Młody Winston** ★★ – film biograficzny, Wielka Brytania/USA 1972, reż. Richard Attenborough, wyk. Simon Ward
20:00 **Baseballista** – dramat ★★★ obyczajowy, USA 1984, reż. Barry Levinson, wyk. Kim Basinger, Robert Redford, Glenn Close
22:25 **LITERATURA** ★★★ **NA MAŁYM EKRANIE: Bugsy** – dramat sensacyjny, USA 1991, reż. Barry Levinson, wyk. Warren Beatty, Annette Bening, Harvey Keitel, Ben Kingsley
0:50 **Księżyc na śniegu** ★★ – dramat obyczajowy, Szwajcaria 2006, reż. Pilar Anguita-MacKay, wyk. Silvia Barreiros, Juan-Antonio Crespillo, Edmée Croset
2:20 **Twarzą w twarz** ★★★ – dramat psychologiczny, Szwecja 1976, reż. Ingmar Bergman, wyk. Liv Ullmann, Erland Josephson

TVP INFO

6:00 Serwis info (co 30 minut) **7:48** Twoja@sprawa **8:03; 10:50** Gość poranka **10:12** Biznes – otwarcie dnia **12:17; 16:15** Biznes
13:10 Raport z Polski **16:00** Rozmowa dnia **17:00; 21:45** Program lokalny
20:10 Minęła dwudziesta **21:06** Telekurier **22:15** Info Dziennik **23:04** Sportowy wieczór **23:17** Plus minus **23:46** Wirus zagłady – dok., W. Brytania 2008

TVN 24

5:55 Serwis informacyjny (co 15 minut) **11:00** Serwisy (co 30 minut)
16:00 Fakty po południu **17:10** Prosto z Polski **17:40** Świat według Jacka **18:00** Tak jest **19:00** Fakty, ludzie, pieniądze **19:26** Fakty po Faktach **19:55** Sportowe podsumowanie dnia
20:00 Kropka nad i **20:23** Polska i świat **21:20** Rozmowa Rymanowskiego **22:00** Szkło kontaktowe

TVS

16:35 Pasión Morena (65) **17:30** Muzyczny relaks – propozycje **17:45** Silesia informacje **18:05** Simply Sapney **18:35** Bajkowa TVS **19:05** Ukryta kamera **19:35** Propozycje do „Listy śląskich szlagierów"
20:00 Silesia informacje **20:25** Ukryta kamera **21:00** Shaabaash India **21:35** Dokument w TVS **22:30** Simply Sapney – telen. **23:00** Film erotyczny **0:00** Silesia informacje

POLSAT NEWS

6:00 Serwis informacyjny (co 15 minut) **8:50** Graffiti **9:00** Serwis informacyjny (co 30 minut) **11:45** Graffiti
15:35 Giełda komentarzy **15:50** Wydarzenia **16:30** Biznes Informacje **18:15** Graffiti **18:30** Magazyn „Polska" **18:50** Wydarzenia **19:20** Gość „Wydarzeń" **19:30** Interwencja
20:00 To był dzień **21:00** Informacje dnia **21:30** To był dzień na świecie **22:00** Co do minuty

TVP KULTURA

9:50 **Jajo** – film krótkometr.
10:50 **Palety** – serial dok., Fr.
11:25 **Studio R**
12:00 **Album Chopinowski**
13:10 **Ukryta forteca** – film ★★★ przygodowy, Japonia 1958
15:40 **Armelle** – film ★ obyczajowy, Pol./Węgry 1990
17:00 **Studio R**
17:40 **Z archiwum i pamięci**
18:45 **Tak się toczy moja myśl** – film dokum., Polska 1991
20:15 **PANORAMA KINA** ★★ **ŚWIATOWEGO: Rude Boy** – dram. społ., W. Bryt. 1980
22:35 **WIECZÓR Z GWIAZDĄ: Jan Józef Lipski** – dok., Pol. '93
23:30 **KLASYCZNY POCZĄTEK NOCY: Piotr Anderszewski. Podróżujący fortepian** – film dok., Polska/Fr. 2008
1:10 **Remix – nocne granie**
2:05 **KINO NOCNE: Sanjuro** ★★ **– samuraj znikąd** – film przygodowy, Japonia 1962

TELE 5

6:00 **Anita** (30) – telen.
7:00 **Telezakupy** – mag. rekl.
10:00 **Kosmica TV**
12:00 **Anita** (31) – telen.
13:05 **Był sobie złodziej** (18) – serial sens., Kanada 1997
14:05 **Mroczny rycerz** (12)
15:10 **Mistrzyni** – dramat ★ sens., Wielka Brytania 2004
17:05 **Lub czasopisma!**
17:20 **Mroczne niebo** (16) – serial s.f., USA 1996
18:25 **Najgorszy tydzień mojego życia** (13) – kom.
19:05 **Był sobie złodziej** (19) – serial sens., Kanada 1997
20:00 **Na własne ryzyko** ★★ – thriller, USA 1997
21:55 **Na tropie zbrodni** (27) – serial krym., Kanada 1998
22:55 **Lub czasopisma!**
23:10 **Miejskie legendy** (20)
0:15 **Namiętne studentki** ★ – film erotyczny, USA 2006
1:45 **Nocny patrol** – pr. rozr.

13TH STREET UNIVERSAL

6:00 **Potyczki Amy** (20) – obycz.
7:00 **Skrywane zbrodnie** ★★ – thriller, Kanada 2009
9:00 **Punkt krytyczny** (8)
10:00 **Morderstwa w Midsomer** (2) – krym.
12:00 **Potyczki Amy** (20) – obycz.
13:00 **Punkt krytyczny** (8)
14:00 **Prawo i porządek 11** (6)
15:00 **Morderstwa w Midsomer** (4) – krym.
17:00 **Nowe gliny** (12, 13) – krym.
19:00 **Prawo i porządek 11** (6)
20:00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (21) – serial krym., USA/Kanada 2002
21:00 **Dowody zbrodni** (22, 23)
23:00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (21) – krym.
0:00 **Głęboko w ukryciu:** ★★ **Podróbki** – dramat krym., Wielka Brytania 2002
2:00 **Głęboko w ukryciu:** ★★ **Mężczyźni i chłopcy** – dramat krym., W. Bryt. '03

ALE KINO!



8:00 ○ **W oku kamery** (6): Wielcy reżyserzy – serial dok., Holandia 2009
8:40 ○ **Do widzenia, do jutra** ★★★ – dramat obyczajowy, Polska 1960
10:15 ○ **Zabity na śmierć** ★★ – komedia kryminalna, USA 1976, wyk. David Niven
12:00 ○ **Bracia** – film krótkom., Polska 2008
12:40 ○ **Między piekłem a niebem** ★★ – melodramat, USA/Nowa Zelandia 1998
14:40 ○ **Ostatnia audycja** ★★ – komedia muzyczna, USA 2006, reż. Robert Altman
16:35 ○ **Gniazdo** ★★ – film historyczny, Polska 1974
18:25 ○ **Panna Marple. Próba niewinności** ★★ – kryminał, Wielka Brytania 2007, reż. Moira Armstrong, wyk. Geraldine McEwan
20:10 ○ **Apollo 13** ★★★ – dramat obyczajowy, USA 1995, reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, Ed Harris, Kevin Bacon
22:35 ○ **ALE KRÓTKIE: Świat wyobraźni** – blok filmów krótkometrażowych
23:00 ● **Oldboy** ★★★ – thriller, Korea Południowa 2003
1:10 ○ **Z-boczona historia kina** (3-ost.) – film dok., Holandia 2006
2:05 ○ **Anatomia miłości** ★★ – dramat psychologiczny, Polska 1972
3:35 ○ **Pamiętasz mnie?** ★★ – dramat obycz., Pol. 2007
4:50 ○ **Beautiful** ★★ – dramat obyczajowy, Polska 2006
5:50 **Caracas** – film krótkom., Polska 2006
6:00 **Zakończenie**

KINO POLSKA



6:05 BAJKI: **Zawody** – anim.
6:15 BAJKI: **Lis Leon** – anim.
6:20 BAJKI: **Przygody skrzatów** – serial anim.
6:30 BAJKI: **Dwa koty i pies**
6:45 BAJKI: **Lis Leon** – anim.
7:00 BAJKI: **Duszek Georgie**
7:10 BAJKI: **Dwa koty i pies**
7:35 **Ręce do góry** ★★★ – film obyczajowy, Polska 1967
9:10 **Katastrofa w Gibraltarze** ★ – dramat biograficzny, Polska 1983
12:10 **Marszałek Piłsudski** (3)
13:15 **Pejzaż horyzontalny** ★ – film obycz., Pol. 1978
14:45 **Plac budowy** – film dok.
15:00 **Budowy wpisane w życiorys** – film dok., Pol.
15:15 **Centralny** – film dok.
15:40 **Polskie drogi** (4) – wojenny
17:00 BAJKI: **Bajki Bolka i Lolka**
17:10 BAJKI: **Reksio** – serial anim.
17:20 BAJKI: **Bolek i Lolek na wakacjach** – serial anim.
17:25 BAJKI: **Dwa koty i pies**
17:45 **Brunet wieczorową porą** ★★★ – kom. obycz., Pol. 1976
19:20 **Stawiam na Tolka Banana** (6) – serial obycz.
20:00 BAJKI: **Reksio** – serial anim.
20:25 **Wyjście awaryjne** ★★ – komedia, Polska 1982
22:00 **Na ekranie i na planie** – magazyn filmowy
22:20 **Żołnierze wolności** (1/4) – serial wojenny
23:45 **Ballada o Piotrowskim** ★★ – komediodramat, Pol. 2009
0:20 **Słodko-gorzki** ★★ – dramat obyczajowy, Polska 1996
1:55 **NOCNY MARATON FILMOWY Z KINEM SKOLIMOWSKIEGO: Rysopis** ★★★ – film obyczajowy, Pol. 1964

FILMBOX

7:00 **Marzenia do spełnienia** ★ – komedia obycz., Wł./Fr./W. Bryt./Niem./USA/Hol. 2002
8:45 **Motylek** ★★ – komediodramat, Francja 2002
10:25 **Klątwa Tutenchamona** ★ (1, 2-ost.) – film przygodowy, USA 2006
13:45 **Kung Fu Soccer** ★★ – komedia sensacyjna, Chiny/Hongkong 2001
15:30 **Opera u czubków** ★★ – komediodramat, Australia 1996
17:25 **Dobry człowiek w Afryce** ★★ – komediodramat, USA/RPA 1994
19:10 **Taxi 2** ★★ – komedia sensacyjna, Fr. 2000
21:00 **Dzieciaki** ★★ – film obyczajowy, USA 1995
22:50 **Ciemna materia** ★★ – dramat obyczajowy, USA 2007
0:30 **10.5: Apokalipsa** ★ (1/2) – film katastrof., USA 2006
2:00 **Mroczna Argentyna** ★★ – thriller, USA/Hiszpania/Wielka Brytania 2003
3:40 **Robinson Crusoe** ★★ – dram. przygodowy, USA 1997

FILMBOX EXTRA

8:35 **Klinika Mercy Peak** (31, 32)
10:05 **Szczenięca miłość** ★★ – film familijny, USA 2000
11:35 **Iluzjonista** ★★★ – dramat kostiumowy, USA/Czechy '06
13:30 **Brasileirinho. Muzyka słońca** – film dok., Brazylia/Finlandia/Szwajcaria 2005
15:10 **Ojciec mojego dziecka** – komedia, USA 2004
16:40 **Tess** ★★★ – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/Francja 1979
19:30 **Na koniec świata** ★★ (3-ost.) – film przyg., W. Bryt. 2005
21:05 **A na koniec przyszli turyści** ★★ – dramat obyczajowy, Niemcy 2007
22:35 **Chromofobia** ★★ – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/USA/Francja 2005
0:50 **Na ratunek** ★★ – thriller, Niemcy 2008

CANAL+

7:05 ✗ **Minisport+**
7:15 ✗ **Łapu-capu**
7:20 ✗ **Nie przegap** – mag.
7:30 **Amerykański tata 4**
8:00 **Kobieta z prowincji** ★★ – film obycz., Polska 1985
9:45 **Enid** ★★ – film biograficzny, Wielka Brytania 2009
11:10 **Vicky Cristina Barcelona** ★★★ – komediodramat, USA/Hiszpania 2008
12:50 **Szczęściarz Antoni** ★★ – kom., Polska 1960
14:15 **Dzień, który odmienił twoje życie** ★★ – dramat obycz., Francja 2008
16:10 **Rockefeller Plaza 30 4** (16) – serial kom., USA
16:40 **Magia kłamstwa 2** (2)
17:30 **Eureka 4** (1) – serial s.f., USA
18:20 **Meduzy** ★★ – dramat obycz., Izrael/Francja 2007
19:50 **Łapu-capu**
20:00 **Amerykański tata 4**
20:25 **Koszykówka** *live*
22:35 PREMIERA: **Po drugiej stronie korytarza** ★★ – thriller, USA 2009
0:15 **South Park 14** – anim, dla dorosłych, USA 2010

CANAL+ FILM

12:10 **Amerykański tata 4**
12:35 **Minisport+**
12:45 **Łapu-capu**
12:50 **Nie przegap** – mag. inf.
13:00 **9** ★★★ – film animowany, USA 2009
14:20 **Jak to się robi** ★★ – komedia, Polska 1973
15:40 **Wyrolowani** ★★ – komedia, USA/Niemcy 2008
17:20 **Reality Bites. Orbitowanie bez cukru** ★★ – komediodramat, USA 1994
19:05 **Miłość w przyrodzie** (4)
20:00 **W obliczu przeznaczenia** ★★ – dram. obycz., USA/Niem. '09
21:55 **Battlestar Galactica – wielki plan** ★★ – film s.f., USA 2009
23:30 **Instynkt wilka: Pogrzebane psy nie gryzą** ★★ – kryminał, Norwegia 2008

HBO

6:00 **Nick i Norah** ★★ – komediodramat, USA 2008
7:30 **Na planie** – mag., USA
8:00 **Weiser** ★★★ – dramat psychologiczny, Niemcy/Polska/Szwajcaria 2000
9:35 **Witaj, do widzenia** ★★ – kom., Fr./Wł./Izrael 2008
11:15 **Quiz Show** ★★★ – film obyczajowy, USA 1994
13:25 **Elita** ★★ – komedia, USA 2008
14:50 **Filmy i gwiazdy** – mag.
15:15 **Rachel wychodzi za mąż** ★★ – dramat obycz., USA 2008
17:05 **Surogaci** ★★ – thriller s.f., USA 2009
18:35 **Einstein i Eddington** ★★ – dramat histor., Wielka Brytania/USA 2008
20:10 **Dystrykt 9** ★★★ – film s.f., USA/Nowa Zelandia/Kanada 2009
22:00 **Zamiana** ★★ – film obycz., Pol./Rumunia/Czechy 2009
23:40 **Dante 01** ★★ – thriller s.f., Francja 2008
1:05 **Bank** ★★ – dramat sens., Niem./USA/Wielka Brytania 2009
3:00 **Dziesiąty krąg** ★ – thriller, Kanada 2008

HBO 2

9:20 **Odlot** ★★★ – film animowany, USA 2009
10:55 **Hannah Montana: The Movie** ★★ – film familijny, USA 2009
12:35 **Tina Turner** – koncert
13:40 **Załoga G** ★★ – film familijny, USA 2009
15:05 **Próba ogniowa** ★★ – dramat obyczajowy, USA 2008
17:00 **U Pana Boga za miedzą** ★★ – komedia, Polska 2009
18:55 **Wojna domowa** ★★ – kom., Wielka Brytania/Kanada '08
20:30 **Apartament** ★★ – komedia, USA 2010
22:00 **Trans-akcja** – film dokum., Polska 2010
23:15 **Amerykańska zbrodnia** ★★★ – dramat krym., USA 2007
0:50 **Appaloosa** ★★ – western, USA 2008

TCM

7:40 **Ostatnie polowanie** ★★ – western, USA 1956
9:35 **Szalona miłość** ★★ – dramat obyczajowy, USA 1992
11:15 **Wszystko, co mam, należy do ciebie** ★ – musical, USA 1952
12:55 **Młodzi i spragnieni** ★★ – film obyczajowy, USA 1960
15:00 **Uroczystość rodzinna** ★ – komedia, W. Bryt. 1968
16:40 **TCM Shorts: Terry Gilliam o klasycznych filmach** – wywiad, 2010
16:55 **Młodzi i spragnieni** ★★ – film obyczajowy, USA 1960
19:00 **Człowiek w dziczy** ★ – western, USA 1971
21:00 **Przypadkowy turysta** ★★★ – dramat obycz., USA 1988
23:10 **Nowożeńcy** ★★ – komedia, Wielka Brytania 1966
1:20 **Na sali kinowej: Secret Cinema** – film dok., USA

TV 1000

6:00 **Kelnerzy** ★ – komedia obyczajowa, USA 2005
8:00 **Królowa Bollywood** ★★ – musical, W. Bryt. 2002
10:00 **Trzy niewidzialne dzieci** ★★ – dramat obyczajowy, Włochy/Francja 2005
12:10 **Stacja** ★★ – kryminał, Polska 2001
14:00 **Zagadki Sfinksa** ★★ – film s.f., Kan./W. Bryt. 2008
16:00 **Nieudacznik** ★ – komedia romantyczna, USA 2005
18:00 **Zig Zag** ★★ – dramat krym., USA 2002
20:00 **Oko** ★★ – horror, USA 2008, wyk. Jessica Alba
22:00 **Halloween** ★★ – horror, USA 2007, wyk. Brad Dourif
0:00 **Lesbian 2: Les Divas** ★ – film erotyczny, 2009
2:00 **The Mikayla Chronicles** ★ – film erotyczny, USA 2009
4:00 **Zdjęcia Ginger 2** ★★ – horror, Kanada 2004

CINEMAX

9:25 **To, czego potrzeba do życia** ★★★ – dramat obycz., Kanada 2008
11:05 **Najlepsi reżyserzy Hollywood** – serial dok.
11:30 **Tokijska sonata** ★★ – dramat obyczajowy, Japonia 2008
13:30 **Mur Adama** ★★ – dramat obyczajowy, Kanada 2008
15:05 **Kandydat** ★★ – thriller, Dania 2008
16:40 **Witamy** ★★★ – dramat obyczajowy, Francja 2009
18:25 **Dom przy autostradzie** ★★ – dramat obycz., Szwajcaria/Francja/Belgia 2008
20:00 **Lato białej wody** ★★ – film przygodowy, USA 1987
21:30 **Miłość jest dla głupców** ★★ – film biograf., USA 1998
23:30 **Bronson** ★★ – dramat biograf., Wielka Brytania 2009
1:00 **Menażeria** ★★★ – komedia, USA 1978

CINEMAX 2

9:25 **Skrzydła odwagi** ★★ – film przygodowy, Fr./USA 1995
10:05 **Człowiek, który chciał być królem** ★★ – film przyg., W. Bryt./USA 1975
12:10 **Najlepsi reżyserzy** – serial dokumentalny
12:35 **Żegnaj, Solo** ★★ – dramat obyczajowy, USA 2008
14:05 **Rubin i Ed** ★★★ – komedia, Wielka Brytania 1991
15:30 **Tokijska sonata** ★★ – dramat obyczajowy, Japonia 2008
17:30 **Skrzydła odwagi** ★★ – film przygodowy, Fr./USA 1995
18:10 **Improwizacja** ★★ – komedia romant., W. Bryt./Fr. 1991
20:00 **Herbatka z Mussolinim** ★★ – dr. obycz., Wł./W. Bryt. 1999
21:55 **W drodze** ★★ – dramat obyczajowy, USA 2008
23:30 **Truposz** ★★★ – dramat psych., USA/Niemcy/Japonia 1995
1:30 **Magiczny pocałunek** – film krótkometraż., Fr. 2008

HBO COMEDY

10:00 **Różowe lata siedemdziesiąte 7** (4, 5)
10:45 **Harold** – komedia, USA 2008
12:20 **Każdy chce być Włochem** ★★ – kom. romant., USA 2007
14:05 **Filmy i gwiazdy** – mag.
14:30 **Romy i Michele na zjeździe absolwentów** ★★ – komedia, USA 1997
16:00 **Różowe lata siedemdziesiąte 7** (4, 5)
16:40 **Każdy chce być Włochem** ★★ – kom. romant., USA 2007
18:25 **Harold** ★★ – komedia, USA 2008
20:00 **Znudzony na śmierć** (6) – serial kom., USA
20:30 **Armstrong i Miller Show 2** (1) – serial kom., W. Bryt.
21:00 **Wspólne zdjęcie** ★ – komediodram., USA 2005
22:30 **Młot** ★★ – komedia, USA 2007
0:00 **Znudzony na śmierć** (6)

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców ● – dla dorosłych ✗ – niekodowany

AXN



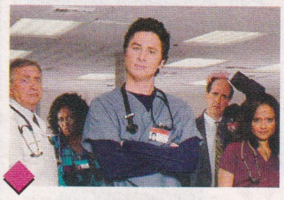
6:00 **Medium 5** (12) – serial kryminalny, USA 2009
7:00 **Battlestar Galactica** (6) – serial s.f., USA 2004
8:00 **Lost: Zagubieni 5** (13) – serial przyg., USA 2009
9:00 **Tajemnice Smallville 2** (13) – serial s.f., USA/Kanada 2002-2003
10:00 **Diagnoza: morderstwo** (8) – serial krym., USA 1993
11:00 **Zdarzyło się jutro 3** (18) – serial sens., USA 1999
12:00 **Battlestar Galactica** (6) – serial s.f., USA 2004
13:00 **Medium 5** (13) – serial kryminalny, USA 2009
14:00 **Tajemnice Smallville 2** (13) – serial s.f., USA/Kanada 2002-2003
15:00 **Diagnoza: morderstwo** (9) – serial krym., USA 1993
16:00 **Zdarzyło się jutro 3** (19) – serial sens., USA 1999
17:00 **Lost: Zagubieni 5** (14) – serial przyg., USA 2009
18:00 **Tajemnice Smallville 2** (14) – serial s.f., USA/Kanada 2002-2003
19:00 **Battlestar Galactica** (7) – serial s.f., USA 2004
20:00 **Dr House 3** (17) – serial obyczajowy, USA 2007
21:00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (13) – serial krym., USA/Kanada 2010
21:55 **Zoom** – mag. rozrywk.
22:00 **Agenci NCIS 3** (9) – serial sensacyjny, USA 2005
22:55 **Zoom** – mag. rozrywk.
23:00 **Gra pozorów 2** (9) – serial kryminalny, USA 2010
0:00 **Dr House 3** (17) – serial obyczajowy, USA 2007
1:00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10** (13) – krym.

FOX LIFE



6:10 **Kim jest Samantha? 2** (17) – kom., USA 2008
6:40 **Cougar Town: Miasto kocic** (17) – serial komediowy, USA 2009
7:05 **Dirty Dancing. Edycja brytyjska** (2)
8:00 **Gotowe na wszystko 4** (11) – obycz., USA 2008
9:00 **Czarodziejki** (11) – serial fantasy, USA 1999
9:50 **Prywatna praktyka 2** (15) – obycz., USA 2008
10:45 **Zaklinacz dusz 4** (19) – serial fantasy, USA 2008
11:40 **Grey's Anatomy: Chirurdzy 6** (9) – serial obyczajowy, USA 2009
12:35 **Czarodziejki** (12) – serial fantasy, USA 1999
13:30 **Powrót na October Road 2** (13) – obycz., 2008
14:25 **Gotowe na wszystko 4** (12) – obycz., USA 2008
15:20 **Zaklinacz dusz 4** (20) – serial fantasy, USA 2008
16:20 **Prywatna praktyka 2** (16) – obycz., USA 2008
17:10 **Grey's Anatomy: Chirurdzy 6** (10) – obycz.
18:10 **Czarodziejki** (13) – serial fantasy, USA 1999
19:10 **Kim jest Samantha? 2** (18) – kom., USA 2008
19:35 **Cougar Town: Miasto kocic** (18) – kom., USA
20:05 **Prywatna praktyka 2** (17) – obycz., USA 2008
21:00 **Gotowe na wszystko 7** (1) – serial obyczajowy, USA 2010, wyk. Felicity Huffman
22:00 **Magia kłamstwa** (9) – serial krym., USA 2009
22:55 **Słowo na L 4** (9) – obycz.
23:50 **Grey's Anatomy: Chirurdzy 6** (10) – obycz.

COMEDY CENTRAL



6:00 **Ukryta kamera**
7:00 **On, ona i dzieciaki 5** (3, 4) – serial kom., USA
7:50 **8 prostych zasad 2** (9, 10) – serial kom., USA 2002
8:40 **Sposób użycia 3** (11, 12) – serial kom., USA 2009
9:30 **Dharma i Greg 5** (22, 23) – serial kom., USA 1997
10:20 **Kasia i Tomek 2** (2, 3) – serial komediowy, 2003
11:15 **Hoży doktorzy 3** (9, 10) – kom., USA 2003-2004
12:10 **Wszyscy nienawidzą Chrisa 2** (3, 4) – kom.
13:00 **Jak poznałem waszą matkę 4** (23, 24) – serial kom., USA 2008-2009
13:55 **Dharma i Greg 5** (24) – serial kom., USA 1997
14:20 **Dharma i Greg** – serial komediowy, USA 1997
14:50 **Kasia i Tomek 2** (4, 5) – serial komediowy, 2003
15:45 **Jak poznałem waszą matkę 5** (1, 2) – serial kom., USA 2009-2010
16:40 **8 prostych zasad 2** (7, 8) – serial kom., USA 2002
17:35 **On, ona i dzieciaki 5** (5, 6) – serial komediowy, USA 2004-2005
18:25 **Jak poznałem waszą matkę 5** (5, 6) – serial kom., USA 2009-2010
19:20 **Hoży doktorzy 3** (11, 12) – kom., USA 2003-2004
20:10 **Dwóch i pół** (11, 12) – serial kom., USA 2003
21:00 **Big Lebowski** – komedia, ★★★ USA/W. Bryt. 1998
23:15 **Seks w wielkim mieście 2** (10) – serial komediowy, USA 1999
23:45 **Dwóch i pół** (9, 10) – serial kom., USA 2003

UNIVERSAL CH.



7:00 **Strażnik Teksasu 4** (14, 15) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
9:00 **Nash Bridges** (11) – serial sensacyjny, USA 1996
10:00 **Bez pardonu 2** (21) – serial krym., USA 2002
11:00 **Strażnik Teksasu 4** (11) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
12:00 **Prawdziwe powołanie** (3) – serial s.f., USA 2005
13:00 **Nash Bridges** (11) – serial sensacyjny, USA 1996
14:00 **Strażnik Teksasu 4** (11) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
15:00 **Bez pardonu 2** (21) – serial kryminalny, USA 2002
16:00 **Świry** (13) – serial kryminalny, USA 2007
17:00 **Nash Bridges** (11) – serial sensacyjny, USA 1996, wyk. Don Johnson
18:00 **Strażnik Teksasu 4** (11) – serial sensacyjny, USA 1995-1996, wyk. Chuck Norris
19:00 **Prawdziwe powołanie** (3) – serial s.f., USA 2005, wyk. Eliza Dushku
20:00 **Świry** (13, 1, 2) – serial kryminalny, USA 2007, wyk. James Roday
23:00 **Siostra Jackie** (1) – serial komediowy, USA 2009
23:45 **Tożsamość śledztwa** (1) – serial kryminalny, Kanada 2010
0:45 **Strażnik Teksasu 4** (14, 15) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
2:45 **Zakończenie**

POLSAT 2



6:00 **Wydarzenia**
6:30 **Graczykowie** (15) – serial kom., Pol. 2000
7:00 **Gra w ciemno** – telet.
8:00 **Pierwsza miłość** (1194) – serial obycz., Polska 2010
8:45 **Samo życie** (1530) – serial obycz., Polska 2010
9:30 **Tajemnice losu** – program rozrywkowy
10:15 **Tylko miłość** (50) – serial obycz., Polska 2008
11:15 **Gra w ciemno** – telet.
12:05 **Interwencja** – magazyn
12:30 **Drogówka** (290) – mag.
13:00 **Daleko od noszy** (82) – serial kom., Polska 2005
13:30 **Świat według Kiepskich** (189) – serial komediowy, Polska 2004
14:00 **Rodzina zastępcza plus** (309) – kom., Polska 2009
15:00 **Daleko od noszy 2** (23) – serial kom., Pol. 2010
15:30 **Zabić z miłości** (7) – serial dok., Pol. 2010
16:00 **Adam i Ewa** (120) – telenowela, Pol. 2001
16:30 **Gra w ciemno** – telet.
17:30 **Wydarzenia**
18:00 **Drogówka** (291) – mag.
18:30 **Malanowski i partnerzy** (237) – serial fab.-dok., Pol. 2010
19:00 **Graczykowie** (16) – serial kom., Pol. 2000
19:40 **Interwencja** – magazyn
20:00 **Wydarzenia**
20:45 **Pierwsza miłość** (1195) – serial obycz., Pol. 2010
21:30 **Samo życie** (1531) – serial obycz., Pol. 2010
22:00 **Rodzina zastępcza plus** (310) – kom., Pol. 2009
23:00 **Świat według Kiepskich** (190) – kom.

ŚR
CZ

AXN CRIME

10:00 Petrocelli 2 (5) **11:00** Na wariackich papierach 4 (12) **12:00** Komisarz Rex 2 (2)
13:00 Detektyw w sutannie (1) **14:00** T.J. Hooker 5 (3) **15:00** Taggart 6 (1) **16:30** Wzór 5 (3) **17:30** T.J. Hooker 5 (4) **18:30** Petrocelli 2 (5)
19:30 Detektyw w sutannie (2)
20:30 Taggart 6 (1) **22:00** Post Mortem 2 (3) **23:00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 5 (5)

POLSAT FILM

5:15 Zza kamery... **10:45** Buddy, siatkarz – kom., Kan. 2003 **12:25** Gwiazda popu – kom., USA 2005
14:25 Anna – dramat obycz., USA 1987 **16:35** Wyścig szczurów – komedia, USA/Kan. 2001 **18:50** Lawina – thriller, USA 1999
21:00 Podwójne oszustwo – film sens., USA 2001 **23:00** Saawariya – melodramat, Indie 2007 **1:30** Zza kamery...

MOVIES 24

10:20 Krwawe żniwo – film obycz., Kan. 1994 **12:20** Dwa światy – dram. obycz., Irlandia 2008
14:20 Prawo do wolności – dram. obycz., USA 2004 **16:10** Sekret trzech kobiet **18:00** Kłamstwo i zbrodnia – film sens., USA 1997
20:00 Ojciec Joe – dram. obycz., USA 1999 **22:00** Wielki wyścig – komediodram., Irlandia 2009 **0:00** Na dnie – dram. obycz., USA 2009

ZONE ROMANTICA

12:00 Wojna kobiet (77)
13:00 Kraina namiętności (94) **14:00** Droga do Indii (132) **15:00** Kobieta ze stali (57) **16:00** Madame (2-ost.) – dram. obycz., Wł. 2004 **18:00** Ojciec Coraje (120) **19:00** Kraina namiętności (95)
20:00 Kobieta ze stali (58) **21:00** Droga do Indii (133) **22:00** Nowa twarz – komediodram., USA 2002 **0:00** Kraina namiętności (95)

POLONIA 1

6:30 Gigi **6:50** Tygrysia maska **7:15** Ty albo nikt (48) **7:45** Top Shop
19:00 Namiętności (28) **19:45** Moje trzy siostry (7)
20:40 Alfredo, Alfredo – kom., Wł./Fr. 1972 **22:45** Erotyczna giełda **23:00** Porno TV **23:20** Mocna ekstaza **23:30** Sex TV **23:40** Porno TV **23:50** Zaniedbywane **0:10** Porno TV **0:20** Reflex **0:30** Sex TV **0:45** Porno TV

AXN SCI-FI

9:00 Zaginiony świat 2 (10, 11) **11:00** Gwiezdne wrota 10 (3, 4)
13:00 Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (17) **14:00** Łowcy duchów 3 (18) **15:00** Przygody Merlina (4) **16:00** Zaginiony świat 2 (17, 18) **18:00** Gwiezdne wrota 10 (3, 4)
20:00 Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (18) **21:00** V 2 (18) **22:00** Battlestar Galactica 4 (18, 19) **0:00** Łowcy duchów 3 (18)

N FILM HD

13:25 Uwierz w ducha – komediodramat, USA 1990 **15:30** Witamy w Los Angeles – film obycz., USA 1976 **17:25** Hot Spot **17:40** Mój nauczyciel – dramat obyczajowy, Czechy/Fr./Niem. 2008
19:45 Grease – musical, USA 1978 **21:50** Telewizyjna Akademia Filmowa **22:15** Hot Spot **22:30** Pamiętniki wampirów 2 (5) **23:15** Gracz – kryminał, USA 1974

MGM HD

14:05 Sokół i koka – thriller, USA 1985, wyk. Timothy Hutton **16:15** Ucieczka z Brooklynu – dram. obycz., USA 1991 **17:40** Pięści Shaolin – film sens., 1978 **19:10** Ta przeklęta niedziela – dram. społ., W. Bryt. 1971
21:00 Bob kamerdyner – kom., USA/Kan./Wielka Brytania 2005 **22:30** Bestseller – thriller, USA 1987 **0:05** Lalki – horror, USA 1987

ZONE CLUB

16:00 A właściwie czyj to ślub? (33) **17:00** Zmień swój styl (6) **18:00** Poznajcie teściów (1) **18:30** Potyczki na nożyczki (10) **19:30** 10 lat mniej (95)
20:00 Boskie wnętrza (124) **20:30** Od stóp do głów (42) **21:00** Gospodynie z kasą. Nowy Jork (1) **21:30** Więzy rodzinne **22:00** Porady różowej brygady 2 (28) **23:00** 10 lat mniej (68)

ZONE REALITY

13:00 Patrol na plaży Bondi **14:00** Powiedz mi, kim jesteś **15:00** Linia życia **16:00** Ratownicy medyczni **17:00** Patrol na plaży Bondi **18:00** Powiedz mi, kim jesteś **19:00** Kuchenne brudy **19:30** Bez wyjścia
20:00 Niewyjaśnione tajemnice **21:00** Zakochane w skazańcach **22:00** Wyznania seryjnego mordercy **23:00** To zostało nagrane!

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni Program: ○ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych ✗ – niekodowany

POLSAT CAFE

6:45 **Telemarket**
7:00 **Gwiazdy na dywaniku**
7:30 **Co w parze piszczy?** (9)
8:30 **Sexy mama** (5) – mag.
9:00 **Dziewczynka, która nie urosła** – film dok.
10:00 **W obiektywie Justyny Steczkowskiej** – pr. rozr.
10:30 **Z tyłu sceny** – pr. rozr.
11:00 **Kobieta Cafe** (3)
12:00 **Grunt to rodzinka**
13:00 **15 największych tragedii w Hollywood** (2-ost.)
14:00 **Tak się bawi Las Vegas** (12) – serial dokum.
15:00 **Ukryte piękno** – pr. eduk.
16:00 **mała Czarna** (43)
17:00 **Kobieta Cafe** (4)
18:00 **Jem i chudnę** – magazyn
18:30 **Metamorfozy Fashion Cafe** – magazyn
19:00 **Moment prawdy**
19:55 **Uczuleni na życie**
21:00 **Kobieta Cafe** (5)
22:00 **Looksus** – magazyn
22:30 **Gwiazdy na odwyku**
23:30 **Hotel Paradise**
0:30 **Dziewczęta z Falenicy** (9) – serial dokumentalny
1:00 **Kobieta Cafe** (2)

TVN STYLE

10:00 **Między nami rodzicami 2**
10:30 **Wiem, co jem** – magazyn
11:00 **Gotuj i chudnij USA**
11:30 **SOS Uroda 6** – magazyn
12:00 **Socjeta 2** – pr. rozrywk.
12:20 **Beautiful Story. Piękna historia** – serial dokum.
12:30 **Sposób na teściową**
13:00 **Po mojemu – Wojciech Cejrowski 3** – pr. rozr.
13:30 **Nastolatki do poprawki**
14:30 **Czas na biżuterię**
14:35 **Socjeta 2** – pr. rozrywk.
14:50 **Biografie**
15:53 **Pora do szkoły**
16:00 **Wiem, co jem** – magazyn
16:30 **Czytam, bo lubię 3**
16:50 **Cofnąć czas 2** – mag.
18:00 **66 niezapomnianych filmów** – magazyn
18:30 **Lekcja stylu 8** – magazyn
19:00 **Programy dla dzieci**
20:00 **Ja albo mój pies 6**
21:00 **Lekcja stylu 8**
21:30 **SOS Uroda 6**
22:00 **10 kilo do zrzucenia**
22:30 **Trinny & Susannah ubierają Belgię** – dok.
23:40 **Sposób na teściową**
0:10 **Między nami rodzicami 2**

PLANETE

6:45 **Samoloty wojskowe na świecie** (5, 6)
9:15 **Pielgrzymki. Wiekuisty biznes** – film dok., Fr.
10:15 **Telewizja Dziewcząt i Chłopców** (1, 2-ost.)
12:15 **Slow Food, czyli rewolucja** – film dok.
13:15 **Chłopcy z bombowców** (1/4) – serial dok., Kan.
14:10 **Pies w akcji 4** (9, 10)
15:10 **Parki narodowe. Chluba Ameryki** (1/12)
16:15 **Podwórkowe mądrości** (9) – serial dok., Australia
16:45 **Mała planeta, wielkie pomysły** (2) – serial dok.
17:15 **Powrót do energii atomowej** – film dok.
18:15 **Himilsbach. Prawdy, bujdy, czarne dziury**
19:15 **Globalne sushi**
20:15 **Podwodne safari** (2-ost.)
20:45 **Gwiezdna drużyna** (3, 4)
22:15 **W przeddzień** (4-ost.)
23:15 **Inteligentna nagość**
0:20 **Ameryka. Apogeum zła** (3) – serial dokumentalny
1:15 **Szach królowi mafii**
2:55 **Pies w akcji** (1/13)

DISCOVERY CH.

6:00 **Producenci motocykli**
7:00 **poTURBOwani** (7)
8:00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
9:00 **Brudna robota**
10:00 **Sekundy grozy** (47, 48)
11:00 **Amerykański chopper**
12:00 **Szkoła przetrwania**
13:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
14:00 **Brudna robota** (60)
15:00 **Jak to jest zrobione?**
16:00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
17:00 **Amerykański chopper**
18:00 **Szkoła przetrwania**
19:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
20:00 **Jak to jest zrobione?** (5)
20:30 **Portowe życie**
21:30 PREMIERA: **Dwa oblicza survivalu** (s. 64)
22:30 **Szkoła przetrwania**
23:30 **Maniacy wyścigów samochodowych**
0:30 **Straż graniczna USA** (4)
1:30 **Sekundy grozy** (14)
2:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
3:00 **Portowe życie**

NATIONAL GEOGR.

7:00 **Złapany na gorącym uczynku**
8:00 **Ginące gatunki**
9:00 **Wielkie konstrukcje**
10:00 **Rozbiórka na wielką skalę**
11:00 **Wielka wyprawa do Afryki**
12:00 **Czysta nauka**
13:00 **Duży, wielki, największy**
14:00 **Biblia pod lupą naukowców: biblijne sekrety** (1/2)
15:00 **Wojna śmigłowców**
16:00 **Olbrzymie szczęki z amazońskiej puszczy**
17:00 **Złapany na gorącym uczynku**
18:00 **Zaklinacz psów**
19:00 **Katastrofa w przestworzach**
20:00 **Duży, wielki, największy**
21:00 PREMIERA: **Pradawne sekrety** – Sfinks (s. 64)
22:00 **Apokalipsa: II wojna światowa**
23:00 **Zabójcze kung-fu**
0:00 **Pradawne sekrety**
1:00 **Apokalipsa: II wojna światowa**

POLSAT PLAY

14:30 **The Best of** (22) – mag.
15:00 **Autonomia** – mag. motor.
16:00 **Historia Futbolu: Piękna gra** (10) – serial dokum.
17:05 **Kulinarne safari** – mag.
17:35 **Wojownicy** – cykl dokum.
18:05 **Gadżety** – mag.
18:35 **Kolekcjonerzy** (23)
19:05 **W obliczu śmierci – GOPR** (10)
19:35 **Wędkarskie przygody Johna Wilsona: Z wędką po świecie** (6)
20:05 **Historia Igrzysk Olimpijskich: Wiek olimpiad** (2)
21:10 **Akademia wojskowa** (1)
21:45 **Wizja lokalna** (4)
22:15 **Na zabój** (11)
22:45 **Śmierć na 1000 sposobów** (11) – dokum.
23:15 **Czas na swing** (11)

BBC ENTERTAINMENT

10:05 **Wielkie pomysły Jamesa Maya** (3-ost.) – film dok.
11:05 **Pogotowie remontowe** (3, 4) – serial dokum.
12:15 **Najsłabsze ogniwo**
13:15 **Hotel Zacisze** (2)
14:00 **Dalziel i Pascoe** (7)
15:00 **Mistrz Kuchni: Australia** (10) – pr. rozrywkowy
15:30 **Wspaniałe desery** (3)
16:00 **Pogotowie remontowe** (3, 4) – serial dokum.
17:20 **Prawdziwe przekręty** (5)
17:55 **Najsłabsze ogniwo**
18:50 **Mistrz Kuchni: Australia** (11) – pr. rozrywkowy
19:25 **Wspaniałe desery** (4)
20:00 **Krewni i znajomi** (3, 4)
22:00 **Przekręty** (5)
23:10 **Gwiazda stylu** (7)
0:05 **Zabawki Jamesa Maya** (1) – serial dokumentalny

ANIMAL PLANET

10:30 **Słonica Echo z Amboseli**
11:00 **Rekordy zwierząt**
12:00 **Dziwaczne stworzenia**
13:00 **Walka o przetrwanie**
14:00 **Miasto małp**
14:30 **Wyspa orangutanów**
15:00 **Rosomaki**
16:00 **Wyspa dzikich psów**
17:00 **Przewodnik po rasach psów**
18:00 **Dziennik z życia wielkich kotów** (2)
18:30 **Słonica Echo z Amboseli**
19:00 **Wyprawy Corwina**
20:00 **Austin Stevens – twarzą w twarz z niebezpieczeństwem**
21:00 **Niebezpieczne spotkania**
21:30 **Przeżyć koszmar**
22:30 **Policja dla zwierząt w Houston**
23:30 **Na posterunku**

DISCOVERY WORLD

6:00 **Inżynieria ekstremalna**
7:00 **Broń przyszłości**
8:00 **Pola bitew**
9:00 **10 tajemnic Egiptu** (1)
10:00 **Z akt FBI**
11:00 **Legendy u schyłku życia**
12:00 **Inżynieria ekstremalna**
13:00 **Katastrofy** – Supertajfun
14:00 **Szalona prędkość**
14:30 **Człowiek, który przetrwa wszystko**
15:30 **Historia oręża** – Pułapki
16:30 **Pola bitew**
17:30 **Tajniak**
18:30 **Legendy u schyłku życia**
19:30 **Inżynieria ekstremalna**
20:30 **Historia oręża**
21:30 **Strach, szok i filmy wideo**
22:30 **Na miejscu zbrodni** (6)
23:30 **Kulisy zbrodni**
0:30 **Broń przyszłości** – Izrael
1:30 **Strach, szok i filmy wideo**

NATIONAL GEOGR. WILD

6:00 Na ratunek zwierzętom (8) **6:30** Robale z piekła rodem **7:00** Groźne żywioły **8:00** Złapany na gorącym uczynku **9:00** Polowanie na wodne potwory **10:00** Badacze rekinów **11:00** Groźne żywioły **12:00** Błyskawice bez tajemnic
13:00 Jeden ocean – Niebezpieczne wybrzeża **14:00** Polowanie na wodne potwory **15:00** Zabójcze rekiny z Alaski **16:00** Strefa śmierci **17:00** Na ratunek zwierzętom (13) **17:30** Małpi biznes (3) **18:00** Błyskawice bez tajemnic **19:00** Jeden ocean
20:00 Złapany na gorącym uczynku – Figle zwierząt **21:00** Badacze rekinów **22:00** Tropem rekinów młotów **23:00** Polowanie na wodne potwory **0:00** Badacze rekinów **1:00** Tropem rekinów

DOMO

16:40 Twoje – moje pokoje 3 (4) **17:15** Wnętrza (105) **18:00** Sąsiedzi **18:10** Spryciula (17) **18:35** Ratujcie moją łazienkę (20) **19:00** Gardeners' World (6)
20:00 Ambroży Price zostaje dekoratorem (10) **20:30** Design – istota rzeczy (7) **21:00** Dział stylu 3 (1) **21:30** Carter potrafi (7) **22:00** Design Inc. (12) **22:30** Mój piękny kicz (3) **23:00** Dom Sary (10)

KUCHNIA TV

18:00 Pogotowie kulinarne Tylera Florence'a (23) **18:30** Podróż kucharza (22) **19:00** Domowy kucharz (15) **19:30** Kuchnia jak życie (50)
20:00 Kulinarne podróże Sary Wiener (8) **20:30** Ugotowani, czyli bitwa na noże i widelce (8) **21:00** Gary Rhodes w kuchni przez cały rok (4) **21:30** Łatwa kuchnia indyjska 2 (5) **22:00** Ekofarma Rebeki **23:00** Dlaczego chudzi nie tyją?

BBC KNOWLEDGE

14:00 Cudowne figury **15:00** Podróż do gwiazd: planety (2) **16:00** Wyścig na biegun (1) **17:00** Top Gear 5 (5) **18:00** Dzieje współczesnego terroryzmu (7, 8) **19:00** Nieznani bohaterowie Trafalgaru
20:00 Wyprawa po zwycięstwo (kobiety) (4) **21:00** Historia niezwykła: Bonnie i Clyde **22:00** Top Gear 14 (7) **23:05** Top Gear 5 (6)

BBC LIFESTYLE

14:05 Pogotowie remontowe 17 (3, 4) **15:05** Domowe rewolucje (12) **16:00** Dzieciaki XXI wieku (3) **17:00** Ku... jak kucharz – smakowite kąski (1) **18:00** Uczty Hestona (6) **19:00** Gwiazda stylu (7)
20:00 Domowe rewolucje (13) **21:00** Zapraszam do stołu (49, 50) **22:00** Willie i czekoladowa Gwiazdka **23:00** Kuchenne koszmary (4) **0:00** Gwiazda stylu (7)

TLC

6:00 Cukiernicy na start **7:00** Kulinarna Grecja **7:30** Szef kuchni w Twoim domu **8:00** Rodzina 2 + 8 **9:00** Jo Frost: poskromić dzieciaka (3) **10:00** Przeżyć atak! **11:00** Ciąża z zaskoczenia **11:30** Rodzina 2 + 8 **12:30** Cukiernicy na start
13:30 Kulinarna Grecja – Wizyta na farmie **14:00** Miami Ink – studio tatuażu – Szaleństwo na deskach **15:00** Przeżyć atak! – Ostatni sprawiedliwi **16:00** Jak się nie ubierać? – Bailey **17:00** Domy marzeń – Brighton **18:00** Cukiernicy na start – Słodki dziadek do orzechów **19:00** Jak się nie ubierać? – Emily
20:00 Miami Ink – studio tatuażu – Demon prędkości **21:00** Ciąża z zaskoczenia – Przy nadziei **21:30** Premiera: Mała piękność (9) **22:30** Opętani seksem – Dwóch chłopaków i dziecko **23:30** Brzydka strona piękna (2) **0:30** Miami Ink – studio tatuażu

DISCOVERY SCIENCE

6:00 Gadget Show (29) **6:30** Tajemnice zwykłych rzeczy (6) **7:00** Brainiac (1) **8:00** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **9:00** Gadżety przyszłości **10:00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **11:00** Jak to jest zrobione? **12:00** Brainiac (2) – serial dokumentalny
13:00 Pod lupą naukowców **14:00** Skąd to się bierze? (2) **15:00** Wyjaśnić niewyjaśnione **16:00** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **17:00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **18:00** Gadget Show (30) **18:30** Jak to jest zrobione? **19:30** Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny
20:30 O co tu chodzi? **21:30** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **22:30** Fabryka smaku **23:30** Sci-Trek **0:30** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **1:30** Tajemnice zwykłych rzeczy (7) **2:00** Jak działa wszechświat?

TRAVEL CHANNEL

9:30 **Spragniony podróżnik**
10:00 **Nieustraszony podróżnik** (3) – Jemen
11:00 **Obieżyświat**
12:00 **Kuchnie świata**
13:00 **Azja** – Bali
13:30 **Luksusowe podróże Varuna Sharmy** – Kanada
14:30 **Surfingowe safari**
15:00 **Obieżyświat**
16:00 **Szok kulturowy**
16:30 **Szef kuchni za granicą**
17:00 **Spragniony podróżnik**
17:30 **Azja**
18:00 **Obieżyświat**
19:00 **Hollywood i wina**
19:30 **Sophie Grigson na arabskim targowisku**
20:00 **Radżastan, kolorowe dziedzictwo**
21:00 **Najwspanialsze trasy motocyklowe na świecie** (2)
22:00 **Obieżyświat**
23:00 **Nieustraszony podróżnik**

Kropka

CANAL+ SPORT

7:00 **1 na 1** – mag. sportowy
7:20 **Strefy Euro** – magazyn
8:05 **Czempioni w Plusie** – Krzysztof Włodarczyk
9:00 **Piłka nożna** – Liga angielska – mecz: FC Aston Villa Birmingham – Arsenal Londyn
11:00 **Piłka nożna** – Premiership
12:00 **Piłka nożna** – Serie A
13:00 **Piłka nożna** – Liga angielska: Newcastle United – Chelsea Londyn
15:00 **Strefy Euro** – magazyn
15:50 **Piłka nożna** – Klub kibica – mecz: Ruch Chorzów – Jagiellonia Białystok
18:00 **Piłka nożna** – Liga włoska – mecz: Juventus Turyn – AC Fiorentina
20:00 **Piłka nożna** – Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Madryt
22:00 **Piłka nożna** – Klub kibica – mecz: Polonia Bytom – Legia Warszawa
1:00 **Piłka nożna** – Liga+
2:30 **Za ciosem** – magazyn
3:30 **1 na 1** – mag. sportowy
3:50 **Piłka nożna** – Ligue1

POLSAT SPORT

8:00 **Siatkówka kobiet** – Superpuchar Polski: Organika Budowlani Łódź – BKS Aluprof Bielsko-Biała
10:00 **Siatkówka mężczyzn** – PlusLiga – mecz: Delecta – ZAKSA
12:10 **FIFA Futbol Mundial**
12:40 **Siatkówka kobiet** – LM: RC Cannes – Organika Budowlani Łódź
14:50 **Siatkówka kobiet** – LM – mecz: BKS Aluprof Bielsko-Biała – Dynamo Romprest Bukareszt
17:00 **Magazyn piłki ręcznej**
17:30 **Siatkówka mężczyzn** – PlusLiga – mecz: AZS UWM Olsztyn – ZAKSA Kędzierzyn-Koźle *live*
20:30 **Siatkówka mężczyzn** – PlusLiga – mecz: Delecta Bydgoszcz – Tytan AZS Częstochowa *live*
23:00 **Piłka nożna** – Liga Europejska: Lech Poznań – Juventus Turyn
1:00 **Siatkówka kobiet** – LM: VGS Türk Telekom Stambuł – Bank BPS Fakro Muszyna

EUROSPORT

11:45 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuopio
12:45 **Tenis stołowy** – Turniej International Cup – ćwierćfinał
14:00 **Eurogole** – mag. piłkarski
14:30 **Champions Club** – mag.
15:00 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuopio
16:00 **Biatlon** – Zawody Pucharu Świata w Östersund *live*
17:45 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuopio *live*
18:45 **Eurogole Flesz** – mag.
18:55 **Tenis stołowy** – Turniej International Cup w Brunszwiku – mecz półfinałowy *live*
21:00 **Magazyn olimpijski**
21:35 **Wednesday Selection**
21:40 **Jeździectwo** – Turniej Masters w Brukseli
22:40 **Jeździectwo** – Riders Club
22:45 **Golf** – Turniej z cyklu PGA European Tour w Dubaju
23:15 **Golf** – Golf Club
23:20 **Żeglarstwo** – Yacht Club
23:30 **Kierunek sport** – mag.
23:45 **Tenis stołowy** – Turniej International Cup w Brunszwiku – mecz finałowy

DISNEY CHANNEL

6:00 Przystanek dżungla **6:10** Specjalny agent Oso **6:35** Imagination Movers **7:00** Złota Rączka **7:25** Klub przyjaciół Myszki Miki **7:50** Timmy i przyjaciele **8:00** Kim Kolwiek **8:25** Słoneczna Sonny **8:50** Hannah Montana **9:15** Czarodzieje z Waverly Place **9:40** Jonas w Los Angeles **10:05** Hannah Montana **10:30** Teraz Miki **10:40** Hannah Montana **11:05** Fineasz i Ferb **11:45** Słoneczna Sonny **12:05** H_2O – wystarczy kropla wody
13:00 Teraz Miki **13:10** Powodzenia, Charlie! **13:35** Hannah Montana **14:00** Fineasz i Ferb **14:30** Słoneczna Sonny **14:55** Do dzwonka **15:00** Czarodzieje z Waverly Place **15:25** Kim Kolwiek **15:50** Teraz Miki **16:00** Jonas w Los Angeles **16:25** Do dzwonka **16:35** Jonas w Los Angeles **17:25** Jake i Blake **18:15** H_2O – wystarczy kropla wody **19:05** Do dzwonka **19:15** Słoneczna Sonny
20:05 Czarodzieje z Waverly Place **20:30** Teraz Miki **20:35** Czarodzieje z Waverly Place

CARTOON NETWORK

6:25 Atomówki **6:50** Scooby-Doo **7:15** Scooby-Doo, gdzie jesteś **7:40** Johnny Test **8:05** Tom i Jerry **8:15** Bakugan młodzi wojownicy: Nowa Vestroja **8:40** Angelo rządzi **9:05** Hero 108 **9:30** Ben 10 **9:55** Tom i Jerry **10:35** Cartoon Toon Toon: Młodzi Tytani **11:25** Cartoon Toon Toon: Ben 10: Obca potęga **12:15** Xiaolin – pojedynek mistrzów **12:40** Hero 108
13:05 Młodzi Tytani **13:55** Ed, Edd i Eddy **14:20** Bliźniaki Cramp **14:45** Dom dla zmyślonych przyjaciół pani Foster **15:10** Edek Debeściak **15:35** Ben 10 **16:00** Johnny Test **16:25** Bakugan młodzi wojownicy: Nowa Vestroja **16:50** Hero 108 **17:15** Niezwykłe przypadki Flapjacka **17:40** Angelo rządzi **18:05** Tom i Jerry **18:10** Ben 10: Obca potęga **18:35** Chowder **19:00** Bakugan młodzi wojownicy: Nowa Vestroja **19:25** Xiaolin – pojedynek mistrzów **19:50** Tajemniczy Sobotowie
20:15 Batman: Odważni i bezwzględni **20:40** Atomówki **21:00** Bliźniaki Cramp **21:25** Ed, Edd i Eddy

ŚR

CZ

ORANGE SPORT

7:00 **Piłka nożna** – Ekstraklasa
9:15 **Koszykówka mężczyzn** – Zjednoczona Liga VTB: Dnipro Dnipropietrowsk – UNICS Kazań
11:00 **Top Gol** – 15. kolejka
11:15 **Piłka nożna** – Ekstraklasa
15:30 **Liga Sagres raport**
16:00 **Ligue 1 raport** – magazyn
16:45 **Arsenal 360** – magazyn
17:15 **Piłka nożna** – Liga angielska – mecz: FC Aston Villa Birmingham – Arsenal Londyn
19:00 **Piłka ręczna mężczyzn** – Liga niemiecka – mecz: VfL Gummersbach – HSV Hamburg; Rhein-Neckar Löwen – THW Kiel *live*
22:30 **Piłka nożna** – Ekstraklasa
0:45 **Koszykówka mężczyzn** – Zjednoczona Liga VTB: VEF Ryga – Chimki Moskwa

POLSAT FUTBOL

11:00 **Bayern TV** – magazyn
12:00 **Piłka nożna** – Liga angielska – mecz: Tottenham Hotspur – FC Liverpool; Stoke City – Manchester City
15:00 **Piłka nożna** – Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Madryt
17:00 **Piłka nożna** – Liga Europejska: Lech Poznań – Juventus Turyn
19:00 **Piłka nożna** – Liga Europejska *live*
21:05 **Piłka nożna** – Liga Europejska: Lech Poznań – Juventus Turyn *live*
23:00 **Piłka nożna** – Liga Europejska *live*
0:30 **Piłka nożna** – Liga Europejska: Manchester City – Red Bull Salzburg
1:30 **Zakończenie**

EUROSPORT 2

14:00 **Koszykówka mężczyzn** – Eurocup: Galatasaray Café Crown – Panellinios BC Ateny
15:00 **Piłka nożna** – Liga japońska
16:45 **Freeride Spirit** – mag.
17:00 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuopio *live*
17:45 **Watts** – mag. sportowy
18:00 **Koszykówka** – Euroliga kobiet: Good Angels Koszyce – Cras Basket Taranto *live*
19:45 **Wiadomości Eurosportu**
20:00 **Wrestling**
20:30 **Siatkówka mężczyzn** – Liga włoska: RPA-LuigiBacchi.it San Giustino – Copra Morpho Piacenza *live*
22:30 **Boks** – waga piórkowa: Yuriorkis Gamboa – Orlando Salido
23:00 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuopio

DISNEY XD

6:50 Connor Undercover **7:15** Fineasz i Ferb **8:05** Kick Strach się bać **8:55** Pośmiej się **9:00** Zeke i Luther **9:50** Ja w kapeli **10:15** Marvel Super Hero Squad **10:40** Nie ma to jak statek **11:30** Zeke i Luther **11:55** Pośmiej się **12:00** Fineasz i Ferb
13:00 Dzieciak kontra Kot **13:30** Zafalowani **13:55** Pośmiej się **14:00** Connor Undercover **14:25** Nie ma to jak hotel **14:50** Zeke i Luther **15:15** Marvel Super Hero Squad **15:40** Pośmiej się **15:45** Kick Strach się bać **16:15** Ja w kapeli **16:40** Nie ma to jak statek **17:05** Zeke i Luther **17:55** Fineasz i Ferb **18:45** Pokémon DP: Gallactic Battles **19:10** Zafalowani **19:35** Kick Strach się bać
20:00 Fineasz i Ferb **20:30** Dzieciak kontra Kot **20:55** Pośmiej się

NICKELODEON

6:30 SpongeBob Kanciastoporty **7:00** Danny Phantom **7:30** Ni Hao Kai-Lan **8:00** Wspaniałe zwierzaki **8:30** Śladem Blue **9:30** Dora poznaje świat **10:30** Fanboy i Chum Chum **11:00** Jimmy Neutron: Mały Geniusz **11:30** Pingwiny z Madagaskaru **12:00** Zagroda według Otisa **12:30** Drake i Josh
13:00 iCarly **13:30** Kotopies **14:30** Wróżkowie chrzestni **15:00** Awatar: Legenda Aanga **15:30** SpongeBob Kanciastoporty **16:00** Fanboy i Chum Chum **16:30** Big Time Rush **17:00** iCarly **17:30** Brygada **18:00** Z życia nastoletniego robota **18:30** Wróżkowie chrzestni **19:00** SpongeBob Kanciastoporty **19:30** Pingwiny z Madagaskaru – serial anim.
20:00 iCarly **20:30** Brygada

N SPORT

9:05 **nWieczór** – magazyn
10:05 **Piłka nożna** – Liga Mistrzów
11:05 **Magazyn Ligi Mistrzów**
11:30 **Legia – stawka większa niż mecz** – serial dokum.
12:05 **Mój sport, moje życie**
13:05 **Piłka nożna** – Liga Mistrzów
15:05 **nWieczór** – magazyn
16:05 **Przesłuchanie** – mag.
16:30 **Legia – stawka większa niż mecz** – serial dokum.
17:05 **Mój sport, moje życie**
18:00 **Serwis** – pr. informacyjny
18:30 **Tydzień na maksa**
19:00 **Serwis**
19:05 **Nasza piłka**
20:00 **nWieczór** *live*
21:00 **Serwis**
21:10 **Mój sport, moje życie**
22:00 **Serwis** – pr. informacyjny
22:30 **Zagraj to jeszcze raz**
23:00 **Serwis** – pr. informacyjny
23:10 **Przesłuchanie** – mag.
23:30 **Legia – stawka większa niż mecz** – serial dokum.

POLSAT SPORT EXTRA

7:00 **Futbol amerykański** – NFL
10:00 **Trans World Sport** – magazyn sportowy
11:00 **K.O. TV Classics** – magazyn bokserski
12:00 **Piłka ręczna mężczyzn** – PGNiG Superliga mężczyzn
14:10 **K.O. TV Classics** – magazyn bokserski
15:20 **Piłka ręczna mężczyzn** – Liga Mistrzów
17:30 **Siatkówka kobiet** – Liga Mistrzyń – mecz fazy grupowej: VGS Türk Telekom Stambuł – Bank BPS Fakro Muszyna *live*
19:30 **Boks**
21:30 **Piłka ręczna mężczyzn** – Liga Mistrzów
23:40 **Cafe Futbol** – magazyn piłkarski
1:10 **Zakończenie**

TVP SPORT

9:45 **Piłka nożna** – mecz charytatywny: Gwiazdy – Dziennikarze TVP
10:55 **Telezakupy**
11:30 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuopio
12:40 **Biegi narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
14:15 **Piłka nożna** – Liga szkocka – mecz: Dundee United – Glasgow Rangers
16:10 **Biatlon** – Zawody PŚ w Östersund *live*
18:15 **Biegi narciarskie** – Zawody PŚ w Kuusamo
19:20 **Koszykówka** – Euroliga kobiet: Wisła Can-Pack Kraków – USO Mondeville *live*
21:30 **Skoki narciarskie** – Zawody PŚ w Kuopio
23:00 **Sportowy wieczór**
23:20 **Biatlon** – Zawody Pucharu Świata w Östersund – bieg indywidualny kobiet
0:50 **Zakończenie**

TVN TURBO

6:00 Wypadek – przypadek 5 **6:35** Zakup kontrolowany 10 **7:30** Uwaga! Pirat! **8:20** TurboNet **8:50** Męski typ (4) **9:25** Moto-On 5 **9:55** Operacja tuning 7 **10:25** Polak potrafi 6 **10:55** Turbo kamera 7 **11:30** Automaniak 5 **12:00** Ice Road Truckers 2
13:00 Rekrut **13:30** Jazda polska **14:00** Zakup kontrolowany 10 **15:05** Toolbox 4 **15:35** Gadżet 5 **16:05** Uwaga! Pirat! **16:55** TurboNet **17:25** Legendy PRL 7 **18:00** Raport Turbo **18:25** Legendy PRL 6 **18:55** Rzeczoznawca **19:25** Raport Turbo **19:50** Turbo kamera 7
20:20 Przedziwne rodzaje śmierci **20:50** Polak potrafi 6 **21:25** Moto-On 5 **22:00** Wypadek – przypadek 5 **22:30** Raport Turbo **22:55** Uwaga! Pirat! **23:30** Telezakupy erotyczne **23:55** Turbo Erotyk **0:20** Telezakupy erotyczne **0:40** Turbo Erotyk

BBC CBEEBIES

10:50 Listonosz Pat 4 **11:05** Przygody Rozi **11:20** Pokaż mi, pokaż **11:45** Boogie Beebies **12:00** Nosal i Skrob **12:20** Potrafię gotować **12:35** Penelopa K. **12:50** Wielka rodzina – serial animowany
13:00 Waybuloo **13:25** Pinky Dinky Doo **13:35** Błyśnij-błyskula **14:00** Teletubisie **14:25** Czerwony traktorek **14:35** Traktor Tom **14:50** Listonosz Pat 4 **15:05** Przygody Rozi **15:20** Pokaż mi, pokaż **15:45** Boogie Beebies **16:00** Nosal i Skrob **16:20** Potrafię gotować **16:35** Penelopa K. **16:50** Wielka rodzina **17:00** Waybuloo **17:25** Pinky Dinky Doo **17:35** Błyśnij-błyskula **18:00** Teletubisie **18:25** Czerwony traktorek **18:35** Traktor Tom **18:50** Listonosz Pat 4 **19:05** Andy Pandy **19:10** Fimbusie – Strzałka **19:30** Wesoła farma **19:45** Waybuloo – serial anim.
20:05 Dobranocny ogród

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: △ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych

ZIG ZAP

6:00 Liga Złośliwców **6:30** Brejk **6:50** Hot Wheels: Battle Force 5 **7:20** Brejk **7:30** Superszpiedzy **8:00** Rahan – syn czasów mroku **8:30** Ruby Gloom **9:00** Podcats **9:10** Krasula i my **9:20** Podcats **9:30** Kod Lyoko **10:30** Superszpiedzy **11:00** Liga Złośliwców **11:30** Titeuf 2 **12:00** Rahan – syn czasów mroku **12:30** Wakfu – serial animowany
13:00 Batman 2 **13:30** Huntik: łowcy tajemnic **14:00** 6 w pracy **14:30** Moje życie ze mną **14:45** Podcats **15:00** Ruby Gloom **15:30** Lou! **16:00** Przymierzalnia **16:15** Przymierzalnia: Zoey 101 4 **16:45** Przymierzalnia **17:00** Strażnicy z Chinatown **17:25** Pamiętnik Sofii **17:30** Pora na Hit! **18:00** Sprawa oddalona 2 – serial dla młodzieży **18:30** Przypadki nastolatki – serial dla młodzieży **19:00** Pies, który mówi – serial familijny **19:30** Co u Dani? 2 – serial komediowy
20:00 Amika – serial dla młodzieży **20:30** Degrassi – nowe pokolenie 9 – serial dla młodzieży

BOOMERANG

6:00 Tom i Jerry **6:25** Zwariowane melodie **6:55** Flintstonowie **7:20** Jetsonowie **7:45** Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **8:10** Garfield **8:35** Kaczor Dodgers **9:00** Scooby-Doo **9:30** Odlotowe wyścigi **10:00** Dastardly i Muttley **10:25** Porażki króla Artura **10:50** Ratunku! To banda Kudłacza **11:15** Szczeniak zwany Scooby-Doo **11:40** Przygody Popeye'a **12:05** Scooby-Doo, gdzie jesteś? **12:30** Kot Tip-Top **12:55** Hong Kong Fu-i
13:20 Kaczor Dodgers **13:45** Jetsonowie **14:10** Flintstonowie **14:35** Zwariowane melodie **15:00** Tom i Jerry **15:20** Kot Tip-Top **15:45** Odlotowe wyścigi **16:00** Dastardly i Muttley **16:30** Scooby-Doo **17:00** Johnny Bravo **17:30** Laboratorium Dextera **18:00** Zwariowane melodie **18:20** Kaczor Dodgers **18:45** Garfield **19:10** Flintstonowie **19:35** Jetsonowie
20:00 Yogi – łowca skarbów **20:25** Tom i Jerry **20:50** Scooby-Doo **21:15** Droopy i Dripple **21:40** Kot Tip-Top **22:00** Garfield **22:25** Scooby-Doo

JIM JAM

13:45 Tomek i przyjaciele **14:00** Bob Budowniczy **14:10** Co ja widzę?! **14:25** Igloo-Gloo **14:40** Rubbadubbers **14:50** Oswald **15:05** Antek Mrówka **15:20** Dorotka – wesoły dinozaur **15:30** Barney i przyjaciele **15:55** Tigga & Togga **16:05** Igloo-Gloo **16:20** Co ja widzę?! **16:35** Kacper **16:45** Strażak Sam **16:55** Antek Mrówka **17:10** Bob Budowniczy **17:20** Tomek i przyjaciele **17:35** Bob Budowniczy **17:45** Rubbadubbers **17:55** Oswald **18:15** Małe planety **18:30** Dougie w przebraniu **18:40** Magiczny klucz **18:50** Dougie w przebraniu **19:00** Bajki i bajeczki **19:15** Tork **19:25** Świnka Chudzinka **19:35** Roztańczona Angelina **19:50** Dougie w przebraniu
20:00 Magiczny klucz

MINI MINI

13:30 Marta mówi **14:00** Niedźwiedź w dużym niebieskim domu 2 **14:25** Olinek Okrąglinek **14:50** Lusia **14:55** Harry i wiaderko pełne dinozaurów **15:05** Kolorowy świat Pacyka **15:15** Małe zoo Lucy **15:25** Gwiazdka Laury **15:40** Kraina Elfów **15:50** Strażackie opowieści **16:15** Przygód kilka wróbla Ćwirka **16:25** Miffy **16:30** Zgaduj z Jessem **16:45** Stacyjkowo **16:55** Tomek i przyjaciele **17:05** Clifford – duży czerwony pies **17:30** Minikolory **17:35** Bawmy się, Sezamku **18:05** Niezwykłe przygody Berta i Erniego **18:10** Świat Elmo **18:25** Nouky i przyjaciele 2 **18:30** Stuart Malutki **18:55** Rajdek – mała wyścigówka **19:05** Opowieści z Tinga Tinga **19:20** Mania **19:30** Marta mówi
20:00 Małgosia i buciki 2

VIVA POLSKA

9:00 PL Top 10 **10:00** Tip-Top lista **10:45** Parot **11:00** Kocha, nie kocha **11:30** Zrywacz **12:00** Parot **12:30** Kocha, nie kocha
13:00 Cribs PL **14:00** O co kaman? **15:00** In & Out **16:00** 10 na 10 **17:00** Net Shop **18:00** 4 Girls Only **19:00** Top One Lista
20:00 VIVA Mjuzik Kłiiiz (1) **21:00** Kesha Top 50 US Party **1:00** VIVA Hits Polska **2:00** Kocha, nie kocha

MTV POLSKA

16:00 Date My Mom **16:30** Next **17:00** Króliczki Playboya **17:30** Kardashianowie **18:00** Koszmar minionej randki (15) **18:30** MTV Cribs PL na sportowo (3) **19:00** Szał ciał **19:30** Co na to tato? (3)
20:00 Toksyczny chłopak (12) **20:30** Mistrzowie podrywu (6) **21:00** Władcy móch **22:00** Miłość w rytmie rocka **23:00** Me, Myself & HIV **0:00** Polowanie na singla

VH 1 POLSKA

13:00 VH1 kontra **14:00** VH1 Hitters **15:00** Pop chart **16:10** Wszyscy kochają Raymonda 7 (22, 23) **17:00** Cudowne lata (15, 16) **18:00** Tak, kochanie (7, 3) **19:00** Jim wie lepiej 6 (2-5)
20:35 Cudowne lata (19, 20) **21:30** Diabli nadali 2 (11) **22:00** Diabli nadali 6 (12) **22:20** Byle do przodu (19, 16) **23:10** Wszyscy kochają Raymonda 7 (22, 23)

4FUN TV

14:30 Hit Me **15:00** Data urodzenia **15:30** Kiedy weźmiesz ślub **16:00** Parowanie **16:30** Imię drugiej połówki **17:00** TOP 10/Czat **18:00** Muzyczny alfabet/Parowanie **19:00** Polska Top Lista
20:00 Kapitan Bomba i przyjaciele **20:30** Non Stop Fresh/Data urodzenia **21:00** Best of Hip-Hop **22:00** SuperVIP **23:00** Zakazane piosenki + Kamasutra

KUPON / *zarabiaj z nami!*

W tym numerze znajdziesz **MAGAZYN „KUCHNIA I KROPKA!" Z KOLEJNYMI PRZEPISAMI NASZYCH CZYTELNIKÓW.** Oni już zarabiają z „Kropką TV", **ZARABIAJ WIĘC I TY!**



Prześlij przepis na **przepis@kropkatv.pl** lub **Kuchnia i kropka!, al. J.Ch. Szucha 8, 00-580 Warszawa.** Więcej na **WWW.KROPKATV.PL**

UWAGA! Już za tydzień w magazynie „Kuchnia i kropka!":

- **Kolejne przepisy naszych Czytelników.**
- **Wegetarianizm i jego rodzaje.**
- **Wszystko o... soli.**
- **Koniak – francuski specjał.**

Do zobaczenia 29 listopada!

RODZAJ (np. zupa, drugie danie, deser) | *NAZWA POTRAWY*
1.
2.
3.

IMIĘ | *NAZWISKO*

DATA URODZENIA (dzień, miesiąc, rok) | *SERIA I NUMER DOWODU OSOBISTEGO*

ULICA

KOD POCZTOWY | *MIEJSCOWOŚĆ*

*NUMER KONTA BANKOWEGO**

NR TELEFONU KOMÓRKOWEGO | *E-MAIL*

Wypełnij i wyślij!

Zgadzam się na przetwarzanie moich danych osobowych przez Contept Publishing Polska zgodnie z Ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. Nr 133, poz. 833). Wyrażam zgodę na publikację przesłanych przeze mnie przepisów i zdjęć bezterminowo w ramach działalności prowadzonej przez Concept Publishing Polska oraz akceptuję regulamin.

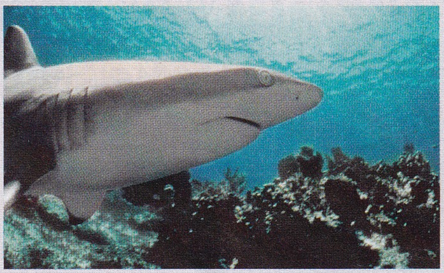
............ czytelny podpis

** Nie wypełniaj, jeśli chcesz otrzymać honorarium przekazem pocztowym.*

Szczegółowe informacje w godz. 10-16 pod nr tel.: 22 627 26 60 wew. 415. Regulamin i kupon zgłoszeniowy na stronie www.kropkatv.pl

warto obejrzeć

21:00 Badacze rekinów
NATIONAL GEOGRAPHIC **SERIAL DOKUMENTALNY**



Zespół naukowców, którym przewodzą Chris Fischer i Michael Domeier, chce schwytać kilkanaście żarłaczy białych i umocować w ich ciele specjalne nadajniki. Pozwolą one badaczom monitorować zachowanie tych drapieżnych ryb. Nie jest to proste zadanie. Rekiny ludojady ważą bowiem ponad dwie tony i poruszają się z prędkością przekraczającą czterdzieści kilometrów na godzinę.

23:25 Warszawa do wzięcia
TVP POLONIA **FILM DOKUMENTALNY**

Bohaterkami filmu są trzy młode kobiety pochodzące z popegeerowskich wsi. Zdecydowały się przyjechać do stolicy, aby spełnić tu swoje marzenia o lepszym życiu. Ania chce zostać w Warszawie fryzjerką. Gosia i Ilona, mama czterolatka, chcą wyrwać się ze swoich rodzinnych miejscowości. Dokumentaliści ukazują trudny start przyjezdnych w wielkim mieście.

17:15 Zawody Pucharu Świata w Östersund
EUROSPORT



BIATLON Biegiem indywidualnym na dystansie dwudziestu kilometrów sezon zainaugurują dziś biatloniści. Przed rokiem w szwedzkim Östersund najlepiej spisał się późniejszy zdobywca Kryształowej Kuli, Emil Hegle Svendsen. Norweg wyprzedził na mecie Tima Burke'a i Christopha Sumanna. Dopiero na 71. pozycji bieg ukończył Tomasz Sikora. Był to tym samym jego najgorszy występ w całym sezonie.

11:40 Gwiazdy opolskich kabaretonów
TVP POLONIA **PR. ROZR.**

Przypomnienie występu Jana Pietrzaka, jednego z najsłynniejszych polskich artystów kabaretowych. Zasłynął on satyrą polityczną wymierzoną w ustrój PRL-u. Jest również autorem wielu felietonów i piosenek, które wykonywał. Do najbardziej znanych należy utwór „Żeby Polska była Polską", który z czasem stał się hymnem Solidarności.

21:00 Czarownica
POLSAT **KOMEDIA ROMANTYCZNA** ★★



Marzący o sławie aktor nie podejrzewa, że jego koleżanka z planu serialowego jest prawdziwą wiedźmą.

Piękna czarownica Isabel Bigelow (Nicole Kidman) marzy o normalnym życiu. W tym samym czasie zabiegający o sławę aktor Jack Wyatt (Will Ferrell) przyjmuje rolę w powstającym właśnie remake'u popularnego serialu z lat sześćdziesiątych, „Czarownica". Choć jego bohaterką jest wiedźma Samantha, Jack nie chce pozostawać niezauważonym. Marzy o tym, by stać się gwiazdą. Wpada na pomysł, aby serialową czarownicę zagrała nikomu nieznana aktorka. Gdy przypadkiem poznaje Isabel, dochodzi do wniosku, że jest ona idealną kandydatką do tej roli. Wkrótce między obojgiem rodzi się gorące uczucie.

USA 2005. Reż. Nora Ephron. Wyk. Nicole Kidman, Will Ferrell, Shirley MacLaine, Michael Caine, Jason Schwartzman i inni



21:30 W morzu ognia
TVN **SENSACYJNY** ★★

Zajmujący się ochroną środowiska inspektor Taggart (Steven Seagal) dowiaduje się o śmierci przyjaciela. Chce przeprowadzić w tej sprawie prywatne dochodzenie. Jedzie do położonej w górach osady. Jego podejrzenia budzi dziwne zachowanie mieszkańców. W końcu odkrywa, że w starej kopalni składowane są toksyczne odpady. Jack podejmuje walkę z właścicielem szybów (Kris Kristofferson) i jego ludźmi.

USA 1997. Reż. Félix Enríquez Alcalá. Wyk. Steven Seagal, Marg Helgenberger, Kris Kristofferson, Harry Dean Stanton, Stephen Lang, Brad Hunt i inni

22:20 Kelnerzy
TVP 1 **KOMEDIA OBYCZAJOWA** ★

Dean (Justin Long) pracuje jako kelner w popularnej restauracji. Większość jego szkolnych kolegów robi kariery w ciekawych zawodach, co wywołuje u Deana przygnębienie. Takiej postawy nie rozumie pracujący z nim imprezowicz Monty (Ryan Reynolds). Pewnego dnia szef restauracji zatrudnia nowego pracownika, Mitcha (John Francis Daley). Monty zamierza wprowadzić go w tajniki zawodu.

USA 2005. Reż. Rob McKittrick. Wyk. Ryan Reynolds, Anna Faris, Justin Long, David Koechner, Luis Guzmán, Chi McBride, John Francis Daley i inni

UWAGA KONKURS!
WEJDŹ NA
WWW.KROPKATV.PL

20:00 Azyl
TV 4 **THRILLER** ★★

Po rozwodzie Meg (Jodie Foster) kupuje ogromną rezydencję na Manhattanie. Znajduje się w niej opancerzone pomieszczenie, wyposażone w wentylację, telefon i oddzielny system zasilania. Już pierwszej nocy, którą Meg spędza w domu z córką Sarah (Kristen Stewart), do posiadłości wdzierają się bandyci. Obie lokatorki zamykają się więc w schronie. Okazuje się, że przestępcy chcą się dostać właśnie do ich azylu.

USA 2002. Reż. David Fincher. Wyk. Jodie Foster, Kristen Stewart, Forest Whitaker, Dwight Yoakam, Jared Leto, Patrick Bauchau i inni

20:00 Żona astronauty
TVN 7 **THRILLER SF** ★★

Młody astronauta Spencer (Johnny Depp) odbywa podróż kosmiczną. W czasie przebywania na orbicie jego statek zostaje uszkodzony. Próba naprawy pojazdu kończy się eksplozją, a Spencer traci na chwilę przytomność. Po powrocie na Ziemię trafia do szpitala. Szybko odzyskuje zdrowie. Jego żona Jill (Charlize Theron) zauważa jednak, że mąż zachowuje się tak, jakby w jego ciele był obecny ktoś inny.

USA 1999. Reż. Rand Ravich. Wyk. Johnny Depp, Charlize Theron, Joe Morton, Clea DuVall, Donna Murphy, Nick Cassavetes i inni

TVP 1

6:00 **Kawa czy herbata?** – magazyn
8:05 **Polityka przy kawie**
8:20 **Radio Romans** (27) – serial obyczajowy, Polska 1994
8:55 **Między mamami** – magazyn
9:15 **Psie opowieści, czyli ochy i fochy** – program dla dzieci
9:30 **Domisie:** Robot Bazylego – program dla dzieci
10:00 **Chopin 2010.pl**
10:25 **My, wy, oni** – magazyn
10:55 **Wojna światów** – cykl reportaży
11:20 **Telezakupy**
12:00 **Wiadomości**
12:10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12:40 NATURA W JEDYNCE: **Ewolucja życia** (4) – serial dokumentalny, W. Brytania 2005
13:45 **Plebania** (1586) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
14:15 **Klan** (1975) – telenowela, Polska 2010 (powt.)
14:45 **Opole 2010 na bis** – koncert
15:00 **Wiadomości, pogoda**
15:50 **Moda na sukces** (5242, 5243) – telenowela, USA 2008
16:40 **Celownik** – mag. reporterów
17:00 **Teleexpress**
17:15 **Pogoda**
17:25 **Plebania** (1587) – serial obyczajowy, Polska 2010
17:55 **Klan** (1976) – telen., Pol. 2010
18:35 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
19:05 **Wieczorynka:** Kraina Elfów – anim.
19:30 **Wiadomości, sport**

TVP 2

5:35 **M.A.S.H.** (129) – kom., USA '77
6:10 **Opowiedz nam swoją historię...** – talk-show (powt.)
7:00 **Telezakupy**
7:30 **Na dobre i na złe** (62) – serial obyczajowy, Polska 2001
8:30 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
9:00 **Pogoda**
9:05 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
9:35 **Panorama**
9:40 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
10:15 **Pogoda**
10:20 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
10:50 **Aleja gwiazd** – talk-show
11:15 **Gilotyna** – teleturniej (powt.)
11:50 **Doktor Martin** (24) – serial obyczajowy, Wielka Brytania 2009
12:50 **Faceci do wzięcia** – serial komediowy, Polska 2007 (powt.)
13:25 **Laskowik & Malicki** (powt.)
14:30 **Barwy szczęścia** (499) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
15:05 **Nowa** (1/13): Pierwsza sprawa – serial kryminalny, Polska 2010
16:00 **Program lokalny**
16:35 **Opowiedz nam swoją historię...** – talk-show
17:25 **Gilotyna** – teleturniej
18:00 **Panorama, sport**
18:40 **Gorący temat** – pr. publicyst.
19:00 **Licencja na wychowanie** (72) – serial komediowy, Polska 2010
19:35 **Faceci do wzięcia:** Względy bezpieczeństwa – kom., Pol. 2007
20:10 **Barwy szczęścia** (500) – serial obyczajowy, Polska 2010

POLSAT

5:00 **Wstawaj! Gramy!** – program muzyczny
6:00 **Nowy dzień z Polsat News**
7:35 **Myszy i koty na Dzikim Zachodzie** – film anim., USA 1991, reż. Phil Nibbelink, Simon Wells ★★
8:55 **Miodowe lata** (3, 4) – serial komediowy, Polska 1998-2001
10:00 **Daleko od noszy** (135, 136) – serial komediowy, Polska 2007
11:00 **Malanowski i partnerzy** (243) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010 (powt.)
11:30 **Mamuśki** (2): Przesłuchanie – serial komediowy, Polska 2007
12:00 **Rodzina zastępcza plus** (217): Szlachectwo zobowiązuje – serial komediowy, Polska 2005
13:00 **Niania** (3, 4) – serial komediowy, Rosja 2004, wyk. Ira Andreeva
14:05 **Pierwsza miłość** (1196) – serial obycz., Polska 2010 (powt.)
14:50 **Benny Hill** (24, 31) – program rozrywkowy
15:50 **Wydarzenia, pogoda**
16:15 **Interwencja** – mag. reporterów
16:30 **Malanowski i partnerzy** (244) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010, wyk. Marek Krupski
17:00 **Dlaczego ja?** (77) – serial fabularno-dokumentalny, Pol. 2010
18:00 **Pierwsza miłość** (1197) – serial obyczajowy, Polska 2010
18:50 **Wydarzenia, sport**
19:30 **Świat według Kiepskich** (167) – serial kom., Polska 2002

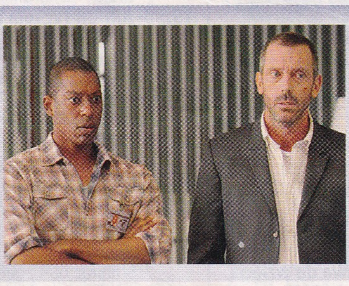
TVN

5:40 **Uwaga!** – magazyn reporterów (powt.)
6:00 **Mango** – telezakupy
7:00 **Granie na śniadanie** – teleturniej interaktywny *live*
8:00 **Majka** (174) – telenowela, Polska 2010 (powt.)
8:30 **Dzień dobry TVN** – mag. *live*
11:00 **Na Wspólnej** (1353) – serial obyczajowy, Polska 2010 (powt.)
11:35 **Granie na ekranie** – teleturniej interaktywny *live*
12:10 **Mango** – telezakupy
12:40 **W-11 – Wydział Śledczy** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010 (powt.)
13:20 **Detektywi** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010 (powt.)
13:50 **Niania** (89, 90) – serial komediowy, Polska 2008
14:55 **Między kuchnią a salonem** – talk-show *live*
15:55 **Rozmowy w toku** – talk-show
16:55 **Sąd rodzinny** – serial fabularno-dok., Polska 2009-2010
17:55 **Majka** (175) – telenowela, Polska 2010, wyk. Joanna Osyda
18:25 **Detektywi** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010
19:00 **Fakty, sport**
19:50 **Uwaga!** – magazyn reporterów
20:05 **Na Wspólnej** (1354) – serial obyczajowy, Polska 2010
20:45 **W-11 – Wydział Śledczy** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2010, wyk. Anna Palka

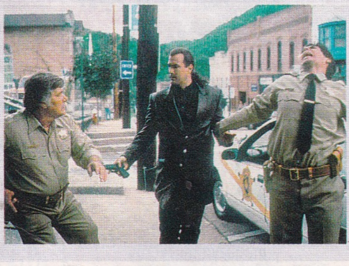
CZ

wieczór









TVP 1

20:25 **Ojciec Mateusz 4** – serial kryminalny, Polska 2010
Komendant Możejko i jego ludzie rozwiązują kolejną kryminalną zagadkę. Pomaga im ks. Mateusz.
21:25 **Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
22:20 ★ **Kelnerzy** – komedia obycz., USA 2005, reż. Rob McKittrick, wyk. Ryan Reynolds, Anna Faris, Justin Long, David Koechner (s. 72)
0:05 NA WŁASNE OCZY: **Święty ogień** – film dokum., Izrael 2007
Jerozolimę odwiedzają wyznawcy judaizmu, islamu i chrześcijaństwa. Mnogość wyznań i kultur często prowadzi do konfliktów.
1:00 **Telezakupy**
1:20 ★★ KINO NOCNYCH MARKÓW: **Wróżby kumaka** – film obycz., Polska/Niemcy 2005, reż. Robert Gliński, wyk. Krystyna Janda
3:00 **Stacyjka** (13-ost.): Czy Mickiewicz był Polakiem – serial komediowy, Polska 2004
4:00 **Zagadkowa Jedynka** – program rozrywkowy
5:00 **Zakończenie**

TVP 2

20:45 **Dr House 6** (123) – serial obyczajowy, USA 2009 (powt.)
Do Gregory'ego zgłasza się żołnierz. Lekarz orientuje się, że mężczyzna symuluje chorobę. Domyśla się, że chce uniknąć służby w Iraku. Brat Foremana wychodzi z więzienia.
21:40 **Tancerze** (31): W obronie teatru – serial obyczajowy, Polska 2010
Bernard dowiaduje się, że jeden z teatrów w mieście ma być zamknięty. Z Jowitą organizuje manifestację, która ma wpłynąć na zmianę decyzji. W akcji biorą udział studenci.
22:40 **Punkt widzenia** – pr. publicyst.
23:35 **997** – magazyn kryminalny
0:10 ★ KOCHAM KINO NA BIS: **Mecz** – komedia, Wielka Brytania 1999, reż. Mick Davis, wyk. Max Beesley, Laura Fraser, Tom Sizemore
1:55 **Wieczór artystyczny**
2:55 NOC Z SERIALEM: **S.O.S.** (6): Twarz mordercy – sens., Pol. 1974
3:55 **997** – magazyn krym. (powt.)
4:20 NOC Z SERIALEM: **Biuro kryminalne** (13) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2005
5:10 **Zakończenie**

POLSAT

20:00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 4** (72) – serial kryminalny, USA/Kanada 2007
Mac Taylor otrzymuje wiadomość o morderstwie przy Statui Wolności. Na miejscu śledczy znajdują zwłoki strażniczki i zabalsamowane ciało mężczyzny. Wszystko wskazuje na to, że zbrodni dokonał ktoś, kto szuka rozgłosu. Prawdopodobnie wkrótce znowu zaatakuje.
21:00 ★★ **Czarownica** – komedia romantyczna, USA 2005, reż. Nora Ephron, wyk. Nicole Kidman, Will Ferrell, Shirley MacLaine (s. 72)
23:10 ★★ **Miłość bez końca** – melodramat, USA 2006, reż. Ed Stone, wyk. Amanda Peet, Dermot Mulroney, Sarah Paulson
Henry dowiaduje się, że ma nowotwór i zostało mu zaledwie parę miesięcy życia. Na zajęciach z psychologii, które prowadzi ze studentami, poznaje Sarę. Zakochują się w sobie. Mężczyzna mówi jej o swojej chorobie. Okazuje się, że ona też ma raka.
1:25 **Tajemnice losu** – pr. rozrywk.
4:40 **TV Market** – magazyn reklamowy

TVN

21:30 ★★ **W morzu ognia** – film sensacyjny, USA 1997, reż. Félix Enríquez Alcalá, wyk. Steven Seagal, Marg Helgenberger (s. 72)
23:40 **Fringe: Na granicy światów** (12) – serial sensacyjny, USA/Kanada 2009, wyk. Anna Torv
Olivia i Peter udają się do Bostonu. Doszło tam bowiem do zagadkowego incydentu – pewien mężczyzna stracił przytomność, a jego krew opryskała całe biuro. Wkrótce udaje się ustalić, że był on zarażony niezwykle groźnym wirusem. Władze zarządzają kwarantannę i budynek zostaje odizolowany. Walter, Broyles i Astrid robią wszystko, by znaleźć lekarstwo na tajemniczą chorobę.
0:40 **Multikino** – magazyn filmowy
1:05 **Taniec z gwiazdami** – program rozrywkowy, Polska 2010 (powt.)
3:10 **Po co spać, jak można grać** – program interaktywny *live*
4:05 **Telesklep** – magazyn reklamowy
4:30 **Fringe: Na granicy światów** (12) – serial sensacyjny, USA/Kanada 2009 (powt.)
5:20 **Nic straconego** – pr. powtórkowe

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: – za zgodą rodziców – dla dorosłych

Kropka tv

TV 4



5:00 Dekoratornia – magazyn
5:25 Lalola (13) – telenowela, Argentyna 2007
6:10 Muzyczne listy – magazyn muzyczny
7:15 Słoneczny patrol (65) – serial obycz., USA 1989
8:20 Dziewczyny z fortuną
9:20 Morze miłości (62) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
10:20 Osaczona (52) – serial obyczajowy, USA 2007
11:20 Nie igraj z aniołem (72) – serial obycz., Meksyk 2008
12:20 Muzyczne listy – magazyn muzyczny
13:30 Dekoratornia – magazyn
14:00 Dziewczyny z fortuną
15:00 Słoneczny patrol (66) – serial obycz., USA 1989
16:00 Zbuntowani 2 (30) – serial obyczajowy, Meksyk 2005
17:00 Osaczona (53) – serial obyczajowy, USA 2007
18:00 Nie igraj z aniołem (73) – serial obycz., Meksyk 2008
19:00 Morze miłości (63) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
20:00 Azyl – thriller, USA 2002, ★★ reż. David Fincher, wyk. Jodie Foster, Forest Whitaker (s. 72)
22:20 Galileo EXTRA (13) – pr. popularnonaukowy, Polska
23:20 CSI: Kryminalne zagadki Miami (3, 4) – serial kryminalny, USA 2005
1:15 Mistrz – film sensacyjny, ★★ Hongkong/USA 1989, reż. Hark Tsui, wyk. Jet Li, Wah Yuen, Crystal Kwok
3:05 Muzyczne listy – magazyn muzyczny
3:55 VIP – program kulturalny
4:20 TV Market
4:50 Zakończenie

TVN 7



5:10 Marina (72) – telenow., USA/Meksyk 2006
6:00 Na Wspólnej (794) – serial obycz., Polska 2007
6:30 Kuba Wojewódzki – talk-show
7:25 Plotkara (7) – serial obyczajowy, USA 2008
8:25 Brzydula (131, 132) – serial kom., Polska 2009
9:25 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (19) – serial sensacyjny, USA 1995
10:25 Ally McBeal (11) – serial kom., USA 1999
11:25 Mango – telezakupy
13:00 Apetyt na kasę *live*
14:00 Marina (73) – telenow., USA/Meksyk 2006
15:00 Kuba Wojewódzki – talk-show
16:00 Plotkara (8) – serial obyczajowy, USA 2008
17:00 Brzydula (133, 134) – serial kom., Polska 2009
18:00 JAG – Wojskowe Biuro Śledcze (20) – serial sensacyjny, USA 1995
19:00 Ally McBeal (11) – serial kom., USA 1999
20:00 SENSACYJNY CZWARTEK: ★★ **Żona astronauty** – thriller s.f., USA 1999, reż. Rand Ravich, wyk. Johnny Depp, Charlize Theron (s. 72)
22:05 Jedenasta godzina (18-ost.) – s.f., USA 2009
23:00 CZWARTKOWE ★ HORRORY: **Blady strach** – horror, Francja 2003, reż. Alexandre Aja, wyk. Cécile De France
0:40 Arkana magii – interaktywny program rozrywkowy, Polska
2:45 Zakończenie

TVP POLONIA



7:00 Ostatnia Rawa Ryśka Riedla – koncert, Pol. 1997
7:55 Dlaczego? Po co? Jak?
8:10 Buli – anim., Kanada 1989
8:30 Pytanie na śniadanie
9:00 Pogoda
9:05 Pytanie na śniadanie
9:35 Panorama
9:40 Pytanie na śniadanie
10:15 Pogoda
10:20 Pytanie na śniadanie
10:55 Smaki polskie – magazyn
11:10 Więzy krwi (25) – obycz.
11:40 Gwiazdy opolskich kabaretonów (s. 72)
12:00 Wiadomości
12:15 Plebania (1577) – obycz.
12:45 Polska 24. Informacje
13:15 Londyńczycy (5) – serial obycz., Polska 2008
14:05 Chopin 2010.pl
14:30 Barwy szczęścia (275) – serial obycz., Polska 2009
15:00 Warto rozmawiać
16:00 Złote Przeboje – lista przebojów – mag. muz.
16:30 Złotopolscy (54) – telenowela, Polska 1998
17:00 Teleexpress
17:30 40. sezon Kabaretu pod Egidą – pr. rozrywk.
18:15 Słownik polsko@polski
18:45 Plebania (1577) – serial obyczajowy, Polska 2010
19:15 DOBRANOCKA: Miś Uszatek – anim., Pol. 1975
19:30 Wiadomości, sport
20:15 Egzamin z życia (46) – serial obycz., Polska 2006
21:05 Polska 24. Opinie
21:35 Dom (12) – serial obyczajowy, Polska 1987
23:25 Warszawa do wzięcia – dok., Polska 2009 (s. 72)
0:25 Złote Przeboje – lista przebojów – mag. muz.

TV PULS



6:00 Stacja Porankowo
7:00 Sędzia Judy – reality show, USA 2006
7:30 Burza uczuć (586) – telenowela, Niemcy 2005
8:30 Pustynna miłość (66) – telenowela, USA/ Kolumbia/Brazylia 2010
9:30 JRG w akcji (1) – dok.
10:00 Gdzie jest Elisa? (66) – telenowela, USA 2010
11:00 Burza uczuć (587) – telenowela, Niemcy 2005
12:00 Domy nie do sprzedania
12:30 Sędzia Judy – reality show, USA 2006
13:00 Pustynna miłość (67) – telenowela, USA/ Kolumbia/Brazylia 2010
14:00 Gdzie jest Elisa? (67) – telenowela, USA 2010
15:00 Bajki animowane
16:00 Pinokio i Władca ★★ **Ciemności** – anim., USA 1987, reż. Hal Sutherland
18:00 Bajki animowane
18:30 JUNIOR TV: Myszorki na prerii – serial animow.
19:00 JUNIOR TV: Pszczółka Maja – serial animowany
19:30 JUNIOR TV: Tom i Jerry – serial animowany, USA
20:00 JUNIOR TV: Pixie i Dixie – serial anim., USA 1962
20:30 Bitwy wszech czasów (1) – serial dok., USA 2009
21:30 Uwaga, żarty! (6) – program rozrywkowy
22:00 Goło i wesoło – pr. rozr.
22:30 Jerry Springer Show – talk-show, USA 2007
23:30 Miasto śmierci ★ – horror, USA 2006, reż. Duane Stinnett
1:50 Programy powtórkowe
5:30 Telemarket

ZONE EUROPA



8:00 Moby Dick – film ★★★ przygodowy, W. Brytania 1956, reż. John Huston, wyk. Gregory Peck
10:05 Młody Winston ★★ – film biograficzny, Wielka Brytania/USA 1972, reż. Richard Attenborough, wyk. Simon Ward
12:35 Most Łańcuchowy ★★ – dramat historyczny, Węgry 2002, reż. Géza Beremény, wyk. Károly Eperjes, Irina Latchina
15:05 Baseballista – dramat ★★★ obyczajowy, USA 1984, reż. Barry Levinson, wyk. Kim Basinger, Robert Redford
17:30 Cinemania – magazyn filmowy, 2010
17:55 Moby Dick – film ★★★ przygodowy, W. Brytania 1956, reż. John Huston, wyk. Gregory Peck, Richard Basehart, Leo Genn
20:00 Złote czasy radia ★★★ – komedia, USA 1987, reż. Woody Allen, wyk. Mia Farrow, Seth Green
21:35 Kwiaty Harrisona ★★ – dramat obycz., Francja 2000, reż. Elie Chouraqui, wyk. Andie MacDowell
23:45 Nie oglądaj się teraz ★★ – thriller, Wielka Brytania/ Włochy 1973, reż. Nicolas Roeg, wyk. Julie Christie, Donald Sutherland
1:45 Kloaka – komediodram., ★★ Holandia 2003, reż. Willem van de Sande Bakhuyzen, wyk. Peter Blok
3:35 Carla – thriller, Wielka ★ Brytania 2003, reż. Diarmuid Lawrence, wyk. Helen McCrory, Lesley Sharp

CZ

TVP INFO

6:00 Serwis info (co 30 minut) **7:48** Twoja@sprawa **8:03; 10:50** Gość poranka **10:12** Biznes – otwarcie dnia **12:17; 16:15** Biznes
13:10 Raport z Polski **16:00** Rozmowa dnia **17:00; 21:45** Program lokalny
20:10 Minęła dwudziesta **21:06** Telekurier **22:15** Studio LOTTO **22:24** Info Dziennik **23:04** Sportowy wieczór **23:17** Plus minus **23:46** Fotograf na wojnie – film dok.

TVN 24

5:55 Serwis informacyjny (co 15 minut) **11:00** Serwisy (co 30 minut)
16:00 Fakty po południu **17:10** Prosto z Polski **17:40** Świat według Jacka **18:00** Tak jest **19:00** Fakty, ludzie, pieniądze **19:26** Fakty po Faktach **19:55** Sportowe podsumowanie dnia
20:00 Kropka nad i **20:23** Polska i świat **21:20** Rozmowa Rymanowskiego **22:00** Szkło kontaktowe

TVS

16:20 Informator miejski **16:35** Pasión Morena (66) **17:30** Alarm **17:45** Silesia informacje **18:05** Simply Sapney **18:35** Bajkowa TVS **19:05** Ukryta kamera **19:35** Propozycje do „Listy śląskich szlagierów"
20:00 Silesia informacje **20:25** Ukryta kamera **21:00** Shaabaash India **21:35** Dokument w TVS **22:30** Simply Sapney – telen. **23:00** Film erotyczny **0:00** Silesia informacje

POLSAT NEWS

6:00 Serwis informacyjny (co 15 minut) **8:50** Graffiti **9:00** Serwis informacyjny (co 30 minut) **11:45** Graffiti
15:35 Giełda komentarzy **15:50** Wydarzenia **16:30** Biznes Informacje **18:15** Graffiti **18:30** Magazyn „Polska" **18:50** Wydarzenia **19:20** Gość „Wydarzeń" **19:30** Interwencja
20:00 To był dzień **21:00** Informacje dnia **21:30** To był dzień na świecie **22:00** Co do minuty

TVP KULTURA

10:50 Palety – dok., Francja 1992
11:25 Rozmowy istotne
12:00 Dunikowski – dok., Polska
13:10 Sanjuro – samuraj ★★ **znikąd** – film przygodowy, Japonia 1962
14:55 Persona non grata ★★ – dramat obyczajowy, Polska/Włochy/Rosja 2005
17:00 Rozmowy istotne
17:40 Koncert
19:00 LUDZIE MUZYKI: Wodiczko – film dokum.
20:00 Studio Kultura
20:20 KINO JEST SZTUKĄ: ★★ **Skarb rodu Arne** – dramat historyczny, Szwecja 1919
22:20 Panowie dwaj, czyli Satan z Grzywką – koncert
23:30 PORTRETY KOBIET: My też chcemy róż – dok.
1:00 STREFA: Kawałki „Mózgu"
2:00 KINO NOCNE: Miłość ★★★ **blondynki** – komedia, Czechosłowacja 1965

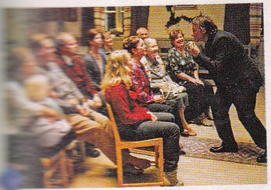
TELE 5

6:00 Anita (31) – telen.
7:00 Telezakupy – mag. rekl.
10:00 Kosmica TV
12:00 Anita (32) – telen.
13:05 Był sobie złodziej (19)
14:05 Mroczny rycerz (13)
15:10 Dzień bez Meksykanów ★★ – komedia s.f., USA/ Meksyk/Hiszpania 2004
17:05 Lub czasopisma!
17:20 Mroczne niebo (17)
18:25 Najgorszy tydzień mojego życia (14) – kom.
19:05 Był sobie złodziej (20) – serial sens., Kanada 1997
20:00 Fatalny weekend ★ – thriller, W. Brytania 2000
21:55 Na tropie zbrodni (28) – serial krym., Kanada 1998
22:55 Lub czasopisma!
23:10 AUTO-FUN (18)
23:30 Miejskie legendy (21)
0:35 Podniecający miesiąc ★ **miodowy** – erot., USA 2006
2:00 Nocny patrol – pr. rozr.

13TH STREET UNIVERSAL

6:00 Potyczki Amy (21) – obycz.
7:00 Detektyw Foyle: ★★ **Na polu walki** (3) – krym., Wielka Brytania 2004
9:00 Punkt krytyczny (9)
10:00 Morderstwa w Midsomer (4) – krym.
12:00 Potyczki Amy (21) – obycz.
13:00 Punkt krytyczny (9)
14:00 Prawo i porządek 11 (7)
15:00 Morderstwa w Midsomer (2) – krym.
17:00 Prawo i porządek 15 (21, 22) – serial krym., USA
19:00 Prawo i porządek 11 (7)
20:00 Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (22) – serial krym.
21:00 Głosy – thriller, ★★ Kanada/USA 2008
22:50 Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (22) – serial krym.
23:50 Głęboko w ukryciu: ★★ **Pułapka Romea** – krym., Wielka Brytania 2001
1:50 Potyczki Amy (18-21)

ALE KINO!



- 8:00 Zupełnie inna historia – film krótkometrażowy
- 8:10 W oku kamery (3): Adaptacje książek – serial dok., Holandia 2009
- 8:50 ★★ Na boso – dramat obyczajowy, Polska 2007, wyk. Sara Muldner
- 10:15 ★★★ Kolor purpury – dramat obyczajowy, USA 1985, reż. Steven Spielberg, wyk. Whoopi Goldberg
- 12:55 ★★ Nevada Smith – western, USA 1966, wyk. Steve McQueen
- 15:15 Annie Leibovitz: Życie w obiektywie – film dokumentalny, USA 2007
- 16:50 ★★★ Ray – film biograf., USA 2004, reż. Taylor Hackford, wyk. Jamie Foxx, Kerry Washington, Regina King
- 19:30 W oku kamery (1): Aktorzy reżyserami – serial dok., Holandia 2009
- 20:10 ★★ KINO MÓWI: POD PRESJĄ: Jak w niebie – dramat obyczajowy, Szwecja 2004, reż. Kay Pollak, wyk. Michael Nyqvist, Lennart Jähkel
- 22:45 ★★ Big Nothing – komedia kryminalna, Wielka Brytania/Kanada 2006, reż. Jean-Baptiste Andrea, wyk. David Schwimmer
- 0:20 ★★ Kręgosłup diabła – horror, Meksyk/Hiszpania 2001, wyk. Marisa Paredes
- 2:10 ★★ Wstyd – dramat obyczajowy, Polska 2006
- 3:30 ★★ RajUstopy – komedia obyczajowa, Polska 2005
- 4:50 ★★ Na boso – dramat obyczajowy, Polska 2007
- 6:00 Zakończenie

TCM

- 7:50 ★★ Szalona miłość – dramat obyczajowy, USA 1992
- 9:30 Za kulisami: Alan Parker
- 9:45 ★★ Królewskie wesele – film muzyczny, USA 1951
- 11:25 ★★ Wydarzenie w Brooklynie – komedia, USA 1947
- 13:15 ★ Historia ludzkości – film fantasy, USA 1957
- 15:00 ★ Człowiek w dziczy – western, USA 1971
- 16:55 Na sali kinowej: Secret Cinema – film dok., USA
- 17:10 ★ Historia ludzkości – film fantasy, USA 1957
- 19:00 ★ Operacja Zeppelin – film wojenny, W. Bryt. 1971
- 21:00 ★★★ Parszywa dwunastka – film wojenny, Wielka Brytania/USA 1967
- 23:40 ★ Al Capone – film sensacyjny, USA 1959
- 1:40 ★★★ Parszywa dwunastka – film wojenny, Wielka Brytania/USA 1967

KINO POLSKA



- 6:40 BAJKI: Bajki Bolka i Lolka
- 6:50 BAJKI: Reksio – serial anim.
- 7:00 BAJKI: Bolek i Lolek na wakacjach – serial anim.
- 7:05 BAJKI: Dwa koty i pies
- 7:15 BAJKI: Przygody skrzatów – serial anim.
- 7:40 ★★★ Rodzina Leśniewskich – film obycz., Pol. 1980
- 9:15 Na ekranie i na planie
- 9:30 Studio propagandy sukcesu (13) – mag., Pol.
- 9:40 Kobieta za ladą (4) – serial obycz., Czechosłowacja
- 10:40 Studio propagandy sukcesu (14) – mag., Pol.
- 10:50 Szpital na peryferiach (4)
- 11:40 Studio propagandy sukcesu (15) – mag., Pol.
- 11:50 Goście (4) – serial s.f.
- 12:25 ★★ Nad rzeką, której nie ma – film psycholog., Pol. 1991
- 14:00 ★★★ Giuseppe w Warszawie – kom. wojenna, Polska 1964
- 15:50 Najważniejszy dzień życia: Gra – serial obycz.
- 17:00 BAJKI: Reksio – serial anim.
- 17:10 BAJKI: Bolek i Lolek na wakacjach – serial anim.
- 17:20 BAJKI: Miotła i ptak
- 17:25 BAJKI: Dwa koty i pies
- 17:35 BAJKI: Przygody skrzatów – serial anim.
- 18:00 Marszałek Piłsudski (4)
- 19:05 Jan Serce (9) – serial obycz.
- 20:00 BAJKI: Reksio – serial anim.
- 20:20 Studio propagandy sukcesu (16) – mag., Pol.
- 20:30 Pekaesem w świat
- 20:40 ★ Niebieskie jak Morze Czarne – kom., Pol. 1971
- 22:10 Na Okęciu
- 22:20 ★★ Zapach psiej sierści – sens., Pol./Bułgaria 1981
- 0:10 ★★ Och, Karol – komedia obyczajowa, Polska 1985

TV 1000

- 6:00 ★★ Oko – horror, USA 2008, wyk. Jessica Alba
- 8:00 ★★ Stacja – kryminał, Polska 2001
- 10:00 ★★ Nieudacznik – komedia romantyczna, USA 2005
- 12:00 ★★★ Polowanie na króliki – dram. obycz., Australia '02
- 14:00 ★★ Zig Zag – dramat kryminalny, USA 2002
- 16:00 ★★ Randki w ciemno – kom., romantyczna, USA 2006
- 17:40 ★★ Flyboys – bohaterska eskadra – dram. przyg., USA/Fr./W. Bryt. 2006
- 20:00 ★ Zdjęcia Ginger 2 – horror, Kanada 2004
- 22:00 ★★ Warbirds – film s.f., USA 2008
- 1:00 ★ Silk Love – film erot., Wielka Brytania 2009
- 2:00 ★ Lesbian 2: Les Divas – film erotyczny, 2009
- 4:00 ★★ Miasto śmierci – sens., USA/Meksyk/W. Bryt. 2006

FILMBOX

- 6:45 ★★ Przygody psa Tygrysa – film familijny, USA 1997
- 8:20 ★★ Kung Fu Soccer – komedia sensacyjna, Chiny/Hongkong 2001
- 10:05 ★★★ Rzeka dzieciństwa – film obyczajowy, USA 1992
- 12:20 ★ Marzenia do spełnienia – komedia obycz., Wł./Fr./W. Bryt./Niem./USA/Hol. 2002
- 14:00 ★★ Pandemic: Wirus zagłady (1, 2-ost.) – thriller, USA 2007
- 17:20 ★ Szepty aniołów – dramat obyczajowy, USA 1998
- 19:15 ★★ Pierwsza miłość nie rdzewieje – dramat obycz., USA/Niem. 2000
- 21:15 Omerta – zmowa milczenia (3) – serial sens., Kanada 1997
- 22:15 ★★ Skazany na wolność – dramat krym., USA/Fr. '03
- 0:05 ★★★ Ty i ja, i wszyscy, których znamy – film obycz., USA/W. Bryt. 2005
- 1:35 ★★ Gwiaździsta noc – kom., USA/Wielka Brytania 1999
- 3:15 ★★ Tam, gdzie kończy się czas – film s.f., USA 1997

FILMBOX EXTRA

- 7:45 ★★ Szczenięca miłość – film familijny, USA 2000
- 9:15 ★★★ Iluzjonista – dramat kostium., USA/Czechy 2006
- 11:00 ★★ Super Mario Bros – kom. s.f., USA/W. Bryt. 1993
- 12:45 ★★ Obcy krewni – komedia, USA 2006
- 14:20 ★★ Podwójna gra – dramat biograficzny, Kanada/Wielka Brytania/USA 2004
- 16:05 ★★ Królową być – komedia, Francja 2005
- 17:50 ★★ Łuk – melodramat, Korea Południowa/Japonia 2006
- 19:25 ★★ Szalone kłopoty – komedia, USA 1994
- 21:00 ★★ Chromofobia – dram. obycz., W. Bryt./USA/Fr. 2005
- 23:20 ★★ Taxi 3 – komedia sensacyjna, Francja 2003
- 0:50 Straż przybrzeżna (11)

CINEMAX

- 7:30 ★★ Listy do Jenny – dramat obyczajowy, Argentyna/Hiszpania/Izrael 2007
- 9:10 ★★ Kandydat – thriller, Dania 2008
- 10:45 ★★★ Z soboty na niedzielę – dram. obycz., W. Bryt. '60
- 12:15 ★★ Wiem, że wiesz – dramat obyczajowy, W. Bryt. 2008
- 13:35 ★★ Lustro – dramat obyczajowy, Iran 1997
- 15:10 ★★★ Wyrok w Norymberdze – dramat obycz., USA 1961
- 18:05 ★★ Siedem stołów bilardowych – dramat obycz., Hiszpania 2007
- 20:00 ★★★ Gra – dramat sensacyjny, USA 1997
- 22:05 ★★ Droga do Santiago de Compostela – komedia, Hiszpania 2009
- 23:45 ★★ Matka noc – dramat wojenny, USA 1996
- 1:40 ★★ Mam na imię Bruce – horror kom., USA 2007

CANAL+

- 9:05 ★★ Czarodziej z Harlemu – komedia, Polska 1988
- 10:30 ★★ Przywódca – zwariowana kampania prezydencka – komedia, USA 2003
- 12:10 Łapu-capu extra – 15 lat Canal+
- 13:05 ★★ Rok, w którym się poznaliśmy – komediodramat, USA 2008
- 14:50 ★★ Poirot: Tragedia w trzech aktach – dramat krym., W. Bryt./USA 2010
- 16:30 ★★ Fighting – dramat sensacyjny, USA 2009
- 18:20 ★★ Ocaleni – thriller, USA/Kanada 2008
- 20:00 Łapu-capu
- 20:10 Amerykański tata 5
- 20:35 ✗ Nie przegap – mag.
- 20:45 ✗ Łapu-capu
- 20:50 ✗ Minisport+
- 21:00 PREMIERA: Magia kłamstwa 2 (3) – krym.
- 21:50 PREMIERA: Rockefeller Plaza 30 4 (17) – serial kom.
- 22:20 ★★ Funny People – komediodram., USA 2009
- 0:50 ★★ Nieznani – thriller, USA 2006, reż. Simon Brand

CANAL+ FILM

- 10:45 ★★ Wszyscy święci – film obycz., Polska 2002
- 12:10 Amerykański tata 5
- 12:45 Łapu-capu
- 12:50 Nie przegap – mag. inf.
- 13:00 ★★ Rozwód po francusku – komediodramat, Francja/USA 2003
- 15:00 ★★ Wiosna, panie sierżancie! – kom. obycz., Polska 1974
- 16:40 ★★ Mama w opałach – komedia, USA 2009
- 18:10 ★★ Śledztwo na cztery ręce – kom. krym., Francja 2008
- 20:00 ★★ Chłopiec A – dramat obycz., W. Bryt. 2007
- 21:45 ★★★ Telefon – thriller, USA 2002
- 23:05 Magia kłamstwa 2 (3)
- 23:50 Rockefeller Plaza 30 4 (17)
- 0:15 South Park 14 – anim. dla dorosłych, USA 2010

CINEMAX 2

- 7:45 ★★ Bez duszy – komediodramat, USA 2009
- 9:25 ★★★ To, czego potrzeba do życia – dramat obycz., Kanada 2008
- 11:05 Najlepsi reżyserzy – dok.
- 11:30 ★★ Tokijska sonata – dramat obyczajowy, Japonia 2008
- 13:30 ★★ Mur Adama – dramat obyczajowy, Kanada 2008
- 15:05 ★★ Kandydat – thriller, Dania 2008
- 16:40 ★★★ Witamy – dramat obyczajowy, Francja 2009
- 18:25 ★★ Dom przy autostradzie – dramat obycz., Szwajcaria/Francja/Belgia 2008
- 20:00 ★★ Lato białej wody – film przygodowy, USA 1987
- 21:30 ★★ Miłość jest dla głupców – film biograf., USA 1998
- 23:30 ★★ Bronson – dramat biograf., Wielka Brytania 2009
- 1:00 ★★★ Menażeria – komedia, USA 1978

HBO

- 6:00 ★★ Elita – komedia, USA 2008
- 7:25 Filmy i gwiazdy – mag.
- 7:50 ★★ Rachel wychodzi za mąż – dramat obycz., USA 2008
- 9:40 ★★ Surogaci – thriller s.f., USA 2009
- 11:10 ★★ Einstein i Eddington – dramat histor., Wielka Brytania/USA 2008
- 12:40 ★★ Ostatnia posługa – komedia, Francja 2008
- 14:20 ★★ Zakochana złośnica – kom. romant., USA 1999
- 15:55 ★★ Gotowi? OK! – komedia, USA 2008
- 17:30 ★★★ Ciekawy przypadek Benjamina Buttona – film fantasy, USA 2008
- 20:10 ★★ PREMIERA: Kup teraz – komedia, Polska 2008
- 21:35 ★★ PREMIERA: Klub 54 – dramat obyczajowy, USA 1998
- 23:05 ★★ Kraina przygód – komedia, USA 2009
- 0:50 ★★ Zamurowani – horror, USA/Francja/Kanada 2009
- 2:20 ★★★ Mniejsze zło – film obyczajowy, Polska 2009

HBO 2

- 9:55 ★★ U Pana Boga za miedzą – komedia, Polska 2009
- 11:50 ★★ Wojna domowa – kom., Wielka Brytania/Kan. 2008
- 13:25 ★ Bruce i Lloyd dorywają Smarta – komedia sensacyjna, USA 2008
- 14:35 ★★ Flirt z czterdziestką – kom. romant., USA 2008
- 16:00 ★★ Po prostu Peck – komedia obyczajowa, USA 2009
- 17:35 Jonas Brothers
- 18:50 ★★ Nadbagaż – komedia romantyczna, USA 1997
- 20:30 ★★ Ostatnia wola – komedia, USA 2006
- 22:00 Mogło być gorzej (1) – serial kom., USA
- 22:30 ★★★ Mroczny rycerz – film sens., USA/Wielka Brytania 2008
- 1:00 ★★ Wojownik z gwiazd – przyg., USA/Niemcy 2008

HBO COMEDY

- 10:00 Różowe lata siedemdziesiąte 7 (6, 7)
- 10:50 ★★ Zupełnie jak miłość – kom. romant., USA 2005
- 12:35 ★★ Scooby-Doo! Strachy i patałachy – komedia, USA/Kanada 2009
- 13:55 Filmy i gwiazdy – mag.
- 14:20 ★★ Gręczas zacząć – komedia, USA/Kan. 2010
- 16:10 Różowe lata siedemdziesiąte 7 (6, 7)
- 16:55 ★★ Zupełnie jak miłość – kom. romant., USA 2005
- 18:40 ★★ Scooby-Doo! Strachy i patałachy – komedia, USA/Kanada 2009
- 20:00 Znudzony na śmierć (7) – serial kom., USA
- 20:30 Trawka 5 (3) – kom., USA
- 21:00 ★★ Piekło pocztowe (1, 2) – kom. fantasy, W. Bryt. 2010
- 0:10 Znudzony na śmierć (7)
- 0:35 HBO Stand Up Comedy Club (1) – pr. rozr., Pol.

CZ

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców □ – dla dorosłych ✗ – niekodowany

CZ

AXN



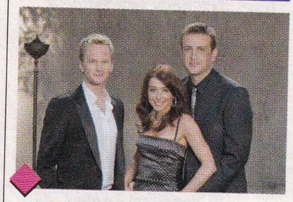
6:00 Medium 5 (13) – serial kryminalny, USA 2009
7:00 Battlestar Galactica (7) – serial s.f., USA 2004
8:00 Lost: Zagubieni 5 (14) – serial przyg., USA 2009
9:00 Tajemnice Smallville 2 (14) – serial s.f., USA/Kanada 2002-2003
10:00 Diagnoza: morderstwo (9) – serial krym., USA 1993
11:00 Zdarzyło się jutro 3 (19) – serial sens., USA 1999
12:00 Battlestar Galactica (7) – serial s.f., USA 2004
13:00 Medium 5 (15) – serial kryminalny, USA 2009
14:00 Tajemnice Smallville 2 (14) – serial s.f., USA/Kanada 2002-2003
15:00 Diagnoza: morderstwo (10) – krym., USA 1993
16:00 Zdarzyło się jutro 3 (20) – serial sens., USA 1999
17:00 Lost: Zagubieni 5 (15) – serial przyg., USA 2009
18:00 Tajemnice Smallville 2 (15) – serial s.f., USA/Kanada 2002-2003
19:00 Battlestar Galactica (8) – serial s.f., USA 2004
20:00 Dr House 3 (18) – serial obyczajowy, USA 2007
21:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 8 (14) – serial krym., USA/Kanada 2010
21:55 Zoom – mag. rozrywkowy
22:00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 6 (14) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010
22:55 Zoom – mag. rozrywk.
23:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (14) – serial krym., USA/Kanada 2010
0:00 Dr House 3 (18) – obycz.

FOX LIFE



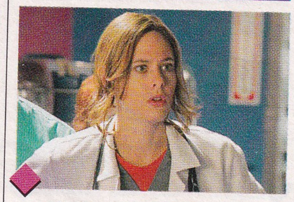
6:10 Kim jest Samantha? 2 (18) – kom., USA 2008
6:40 Cougar Town: Miasto kocic (18) – serial komediowy, USA 2009
7:05 Dirty Dancing. Edycja brytyjska (3)
8:00 Gotowe na wszystko 4 (12) – obycz., USA 2008
9:00 Czarodziejki (12) – serial fantasy, USA 1999
9:50 Prywatna praktyka 2 (16) – obycz., USA 2008
10:45 Zaklinacz dusz 4 (20) – serial fantasy, USA 2008
11:40 Grey's Anatomy: Chirurdzy 6 (10) – serial obyczajowy, USA 2009
12:35 Czarodziejki (13) – serial fantasy, USA 1999
13:30 Agenci miłości (1) – serial komediowy, USA 2008
14:25 Gotowe na wszystko 4 (13) – obycz., USA 2008
15:20 Zaklinacz dusz 4 (21) – serial fantasy, USA 2008
16:20 Prywatna praktyka 2 (17) – obycz., USA 2008
17:10 Grey's Anatomy: Chirurdzy 6 (11) – serial obyczajowy, USA 2009
18:10 Czarodziejki (14) – serial fantasy, USA 1999
19:10 Kim jest Samantha? 2 (19) – kom., USA 2008
19:35 Cougar Town: Miasto kocic (19) – serial komediowy, USA 2009
20:05 Prywatna praktyka 2 (18) – obycz., USA 2008
21:00 Zaklinacz dusz 5 (10-12) – serial fantasy, USA 2009
23:50 Grey's Anatomy: Chirurdzy 6 (11) – serial obyczajowy, USA 2009
0:45 Agenci miłości (2) – kom.

COMEDY CENTRAL



6:00 Ukryta kamera
7:00 On, ona i dzieciaki 5 (5, 6) – serial kom., USA
7:50 8 prostych zasad 2 (11, 12) – kom., USA 2002
8:40 Sposób użycia 3 (13) – serial kom., USA 2009
9:05 Sposób użycia 4 (1) – serial kom., USA 2007
9:30 Dharma i Greg 5 (24) – serial kom., USA 1997
9:55 Dharma i Greg – serial komediowy, USA 2001
10:20 Kasia i Tomek 2 (4, 5) – serial komediowy, 2003
11:15 Hoży doktorzy 3 (11, 12) – kom., USA 2003-2004
12:10 Wszyscy nienawidzą Chrisa 2 (5, 6) – serial komediowy, USA 2006
13:00 Jak poznałem waszą matkę 5 (1, 2) – serial kom., USA 2009-2010
13:55 Dharma i Greg (1, 2) – serial kom., USA 2001
14:50 Kasia i Tomek 2 (6, 7) – serial komediowy, 2003
15:45 Jak poznałem waszą matkę 5 (3, 4) – serial kom., USA 2009-2010
16:40 8 prostych zasad 2 (9, 10) – serial kom., USA 2002
17:35 On, ona i dzieciaki 5 (7, 8) – serial kom., USA
18:25 Jak poznałem waszą matkę 5 (7, 8) – serial kom., USA 2009-2010
19:20 Hoży doktorzy 3 (13, 14) – kom., USA 2003-2004
20:10 Dwóch i pół (13, 14) – serial kom., USA 2003
21:00 Kim jest Samantha? (9-12) – kom., USA 2007
22:45 Seks w wielkim mieście 2 (11, 12) – kom.
23:45 Dwóch i pół (11, 12)

UNIVERSAL CH.



7:00 Strażnik Teksasu 4 (16, 17) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
9:00 Nash Bridges (13) – serial sensacyjny, USA 1996
10:00 Bez pardonu 2 (22) – serial krym., USA 2002
11:00 Strażnik Teksasu 4 (12) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
12:00 Prawdziwe powołanie (4) – serial s.f., USA 2005
13:00 Nash Bridges (13) – serial sensacyjny, USA 1996
14:00 Strażnik Teksasu 4 (12) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
15:00 Bez pardonu 2 (22) – serial krym., USA 2002
16:00 Świry (14) – serial kryminalny, USA 2007
17:00 Nash Bridges (13) – serial sensacyjny, USA 1996, wyk. Don Johnson
18:00 Strażnik Teksasu 4 (12) – serial sensacyjny, USA 1995-1996
19:00 Prawdziwe powołanie (4) – serial s.f., USA 2005
20:00 Świry (14) – serial kryminalny, USA 2007, wyk. James Roday
21:00 Trzy rzeki (10) – serial obycz., USA 2009-2010, wyk. Alex O'Loughlin
22:00 Bananowy doktor (9) – serial obyczajowy, USA 2009, wyk. Mark Feuerstein
23:00 Desperaci – thriller, USA 2000, reż. Christopher McQuarrie, wyk. Benicio Del Toro, Ryan Phillippe ★★
1:15 Tożsamość śledztwa (1) – serial krym., Kan. 2010
2:15 Strażnik Teksasu 4 (16) – sens., USA 1995-1996

POLSAT 2



6:00 Wydarzenia
6:30 ○ **Graczykowie** (16) – serial kom., Pol. 2000
7:00 ○ **Gra w ciemno** – telet.
8:00 ○ **Pierwsza miłość** (1195 – serial obycz., Polska 2010
8:45 ○ **Samo życie** (1531) – serial obycz., Polska 2010
9:30 ○ **Tajemnice losu** – program rozrywkowy
10:15 ○ **Tylko miłość** (51) – serial obycz., Polska 2008
11:15 ○ **Gra w ciemno** – telet.
12:05 ○ **Interwencja** – magazyn
12:30 ○ **Drogówka** (291) – mag.
13:00 ○ **Daleko od noszy** (83) – serial kom., Polska 2005
13:30 ○ **Świat według Kiepskich** (190) – serial komediowy, Polska 2004
14:00 Rodzina zastępcza plus (310) – kom., Polska 2009
15:00 ○ **Dlaczego ja?** (59) – serial fab.-dok., Polska
16:00 ○ **Adam i Ewa** (121) – telenowela, Pol. 2001
16:30 ○ **Gra w ciemno** – telet.
17:30 Wydarzenia
18:00 ○ **Drogówka** (292) – magazyn policyjny
18:30 ○ **Malanowski i partnerzy** (238) – serial fab.-dok., Pol. 2010
19:00 ○ **Graczykowie** (17) – serial kom., Pol. 2000
19:40 ○ **Interwencja** – magazyn
20:00 Wydarzenia
20:45 ○ **Pierwsza miłość** (1196) – serial obycz., Pol. 2010
21:30 ○ **Samo życie** (1532) – serial obycz., Pol. 2010
22:00 Rodzina zastępcza plus (311) – kom., Pol. 2009
23:00 ○ **Świat według Kiepskich** (191) – kom.
23:30 Rodzina zastępcza (44)

AXN CRIME

12:30 Detektyw w sutannie (2)
13:30 T.J. Hooker 5 (4) **14:30** Na wariackich papierach 4 (13) **15:30** Komisarz Rex 2 (3) **16:30** Wzór 5 (4) **17:30** T.J. Hooker 5 (5) **18:30** Petrocelli 2 (6) **19:30** Detektyw w sutannie (3)
20:30 Na wariackich papierach 4 (13) **21:30** Komisarz Rex 2 (3) **22:30** Wzór 5 (4) **23:30** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 5 (6)

AXN SCI-FI

9:10 Battlestar Galactica 4 (18, 19) **11:00** Gwiezdne wrota 10 (5, 6)
13:00 Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (18) **13:50** Łowcy duchów 3 (19) **15:05** V 2 (18) **16:00** Battlestar Galactica 4 (18, 19) **18:00** Gwiezdne wrota 10 (5, 6)
20:00 Gwiezdne wrota: Atlantyda 3 (19) **21:00** Odysseja 5 (16) **22:00** Przygody Merlina (5) **23:00** Torchwood 2 (13)

POLSAT FILM

12:55 Mali bohaterowie 3 – film przygodowy, Kan./USA 2002
15:05 Moje córki – dram. obycz., USA 2007 **17:10** Uciekające zakonnice – komedia, W. Bryt. 1990 **18:55** Antoni, Boży wojownik – film biograficzny, Włochy 2006
21:00 Saawariya – melodram., Indie 2007 **23:40** Droga do Zatracenia – dramat obyczajowy, USA 2002 **1:40** Zza kamery...

N FILM HD

15:45 Templariusze. Miłość i krew – przyg., Szwecja/W. Bryt./Dania/Norwegia/Finlandia 2007 **17:55** Hollywood Buzz **18:25** Potwory kontra obcy – anim., USA 2009
20:00 Siostra Jackie 2 (9) **20:30** Nieugięty – film sens., USA 2009 **22:00** Wschodnie obietnice – thriller, USA/W. Bryt./Kan. 2007 **23:40** Kwiat tysiąca i jednej nocy – komediodram., Fr./Wł. 1974

MOVIES 24

10:20 Kłamstwo i zbrodnia – film sens., USA 1997 **12:20** Ojciec Joe – dram. obycz., USA 1999
14:20 Wielki wyścig – komediodram., Irlandia 2009 **16:10** Głęboko w moim sercu – film obycz., USA 1999 **18:00** Chyba śnisz – kom. fantasy, W. Bryt. 2006
20:00 Witamy ponownie – komedia romant., USA 2006 **22:00** Psia rewia **0:00** Z przymusu

MGM HD

14:45 Nalot na Minsky'ego – kom. sens., USA 1968 **16:25** Valdez przybywa – western, USA 1971 **17:55** Facet z nieba – kom., USA 1985 **19:25** Nasz zwycięski sezon – film obycz., USA 1978
21:00 Carrie – horror, USA 1976 **22:40** Historia Marie Ragghianti – dramat obyczajowy, USA 1985 **0:30** Krzycz, póki możesz – horror, Wielka Brytania 1970

ZONE ROMANTICA

13:00 Kraina namiętności (95) **14:00** Droga do Indii (133) **15:00** Kobieta ze stali (58) **16:00** Nowa twarz – komediodram., USA 2002 **18:00** Ojciec Coraje (121) **19:00** Kraina namiętności (96)
20:00 Kobieta ze stali (59) – telen., Meksyk 2010 **21:00** Droga do Indii (134) **22:00** Oddam córki w dobre ręce – kom., USA 1988 **0:00** Kraina namiętności (96)

ZONE CLUB

16:00 A właściwie czyj to ślub? (34) **17:00** 10 lat mniej – Australia (6) **18:00** Swatka (5) **18:30** Potyczki na nożyczki (11) **19:30** Ekologiczne domy (1)
20:00 Boskie wnętrza (125) – magazyn **20:30** Od stóp do głów (43) **21:00** Gospodynie z kasą. Nowy Jork (2) **22:00** Porady różowej brygady 2 (29) **23:00** 10 lat mniej (69) **23:30** To i owo o seksie (19)

POLONIA 1

6:30 Gigi **6:50** Tygrysia maska **7:15** Ty albo nikt (49) **7:45** Top Shop
19:00 Namiętności (29) **19:45** Moje trzy siostry (8)
20:40 Błękitna wyspa – melodram., Wł. 1982 **22:45** Erotyczna giełda **23:00** Porno TV **23:20** Mocna ekstaza **23:30** Sex TV **23:40** Porno TV **23:50** Zaniedbywane **0:10** Porno TV **0:20** Reflex **0:30** Sex TV **0:45** Porno TV

ZONE REALITY

13:00 Patrol na plaży Bondi **14:00** Powiedz mi, kim jesteś **15:00** Zwierzęce cuda – film dok. **16:00** Ratownicy medyczni **17:00** Patrol na plaży Bondi **18:00** Powiedz mi, kim jesteś **19:00** Kuchenne brudy **19:30** Bez wyjścia
20:00 Niewyjaśnione tajemnice **21:00** Zbrodnie i śledztwa **22:00** Dziwny ten świat **23:00** To zostało nagrane!

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: ○ – za zgodą rodziców □ – dla dorosłych ✗ – niekodowany

POLSAT CAFE

6:45 **Telemarket**
7:00 **Z tyłu sceny** – pr. rozr.
7:30 **Trudne związki**
8:45 **Stylowe spotkania „Gali”** (9) – pr. rozrywkowy
9:15 **Nieznośne nastolatki**
10:15 **Metamorfozy Fashion Cafe** – magazyn
10:45 **Zoom na miasto** – mag.
11:15 **Kobieta Cafe** (4)
12:15 **Grunt to rodzinka**
13:15 **Dobrzy, źli i występni** (8)
13:45 **Miłość jakich mało** (9)
14:15 **Szkoła wdzięku**
15:10 **Plastikowy ideał** (20)
15:40 **Ruby** (9) – serial dokum.
16:10 **mała Czarna** (44)
17:05 **Kobieta Cafe** (5)
18:05 **Looksus** – magazyn
18:35 **Moda za 500** (9) – magazyn
19:05 **Moment prawdy**
20:00 **Tydzień z teściową** (2)
21:05 **Kobieta Cafe** (6)
22:05 **Aleja sław** – magazyn
22:35 **Biografie** – serial dokum.
23:30 **Tak się bawi Las Vegas** (13) – serial dokum.
0:30 **Raport specjalny**
1:00 **Kobieta Cafe** (3)

TVN STYLE

11:00 **Po mojemu – Wojciech Cejrowski 3** – pr. rozr.
11:30 **Pogromczyni długów**
12:00 **Ja albo mój pies 6** – mag.
13:00 **Lekcja stylu 8** – magazyn
13:30 **Druga strona medalu 3**
14:00 **Ratuj dom, kto może**
14:30 **O tym się mówi** – mag.
14:40 **Pora do szkoły**
14:46 **Czytam, bo lubię 3**
15:00 **10 kilo do zrzucenia**
15:30 **SOS Uroda 6** – magazyn
16:00 **Po mojemu – Wojciech Cejrowski 3** – pr. rozr.
16:30 **Świat według dziecka 5**
17:00 **O tym się mówi** – mag.
17:10 **Czytam, bo lubię 3**
17:30 **Pogromczyni długów**
18:00 **Między nami rodzicami 2**
18:30 **Wiem, co jem** – magazyn
19:00 **Programy dla dzieci**
20:00 **SOS Uroda 6** – magazyn
20:30 **Druga strona medalu 3**
21:00 **66 niezapomnianych filmów** – magazyn
21:30 **Świat według dziecka 5**
22:00 **Rewolucja na talerzu 2**
22:30 **Taka miłość się nie zdarza** – cykl dok.
23:00 **Ratuj dom, kto może**

PLANETE

6:45 **Samoloty wojskowe na świecie** (7, 8)
8:55 **Maciej Zimiński**
9:50 **Wiedeń 1900** – film dok.
10:50 **Najlepsi kucharze świata**
11:50 **Bieszczadzka Kolejka Leśna – podróż sentymentalna** – dok., Pol.
12:20 **W przeddzień** (1/4)
13:20 **Chłopcy z bombowców** (2)
14:15 **Pies w akcji 4** (11, 12)
15:15 **Parki narodowe. Chluba Ameryki** (2) – serial dok.
16:15 **Podwórkowe mądrości** (8) – serial dok., Australia
16:45 **Mała planeta, wielkie pomysły** (3) – serial dok.
17:20 **Zemsta Goldy** – film dok.
18:15 **Zestrzelony nad Berlinem**
19:10 **Jak skolonizować gwiazdy?** – film dok.
20:15 **Podwodne safari** (2-ost.)
20:45 **Dziennik dr. Hansa Franka** – film dok., Pol.
22:15 **Norman Mailer. Moje życie** – film dok., Niem.
23:05 **Ziemia widziana z nieba** (1/6) – serial dok., Fr.
0:05 **Ameryka. Apogeum zła** (4-ost.) – serial dokum.

DISCOVERY CH.

6:00 **Producenci motocykli**
7:00 **poTURBOwani** (8)
8:00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
9:00 **Brudna robota** (60)
10:00 **Sekundy grozy** (49, 50)
11:00 **Amerykański chopper**
12:00 **Szkoła przetrwania**
13:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
14:00 **Brudna robota** (61)
15:00 **Jak to jest zrobione?**
16:00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
17:00 **Amerykański chopper**
18:00 **Szkoła przetrwania**
19:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**
20:00 **Jak to jest zrobione?** (6)
20:30 **Poławiacze homarów**
21:30 PREMIERA: **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
22:30 **Szkoła przetrwania**
23:30 **Bear Grylls w miejskiej dżungli**
0:30 **Czarne złoto** (3)
1:30 **Sekundy grozy** (15)
2:00 **Prawda czy fałsz – pogromcy mitów**

NATIONAL GEOGR.

6:00 **Zaklinacz psów**
7:00 **Złapany na gorącym uczynku**
8:00 **Napastnik**
9:00 **Pradawne sekrety**
10:00 **Apokalipsa: II wojna światowa**
11:00 **Wielka wyprawa do Afryki**
12:00 **Czysta nauka**
13:00 **Duży, wielki, największy**
14:00 **Biblia pod lupą naukowców: biblijne sekrety** (2-ost.)
15:00 **Wojna śmigłowców**
16:00 **W poszukiwaniu gigantycznej ośmiornicy**
17:00 **Na gorącym uczynku 2**
18:00 **Zaklinacz psów**
19:00 **Katastrofa w przestworzach**
20:00 **Duży, wielki, największy**
21:00 PREMIERA: **Badacze rekinów** (s. 72)
22:00 **Wielkie migracje**
23:00 **Mistrzowie walki**
0:00 **Badacze rekinów**
1:00 **Wielkie migracje**
2:00 **Duży, wielki, największy**
3:00 **Badacze rekinów**

POLSAT PLAY

15:05 **Monoślad** – mag. motor.
15:35 **Pięściarze** (10)
16:05 **100 najciekawszych chwil w wyścigach na wyspie Man** – film dokum.
17:05 **Supermen** – magazyn
17:35 **Męski interes** – mag.
18:05 **Wynalązcy 2** – mag.
18:35 **NIEnaŻarty** – mag. kulin.
19:05 **Eskapada: Play USA Tour**
19:35 **Wędkarskie przygody Johna Wilsona: Z wędką po świecie** (7)
20:05 **Druga wojna światowa w kolorze** (11)
21:10 **Doktor Danger. Niebezpieczny szlak** (11)
21:40 **W obliczu śmierci – GOPR** (11)
22:10 **Chemia rock and rolla** (1)
22:40 **Na rauszu przez świat** (11)
23:10 **Lekcje miłości** (3)

BBC ENTERTAINMENT

9:35 **Wspaniałe desery** (4)
10:05 **Zabawki Jamesa Maya** (1) – serial dokumentalny
11:10 **Gwiazda stylu** (7)
12:10 **Najsłabsze ogniwo**
13:10 **Hotel Zacisze** (3)
13:50 **Dalziel i Pascoe** (8)
14:45 **Doktor Who: Ściśle tajne 5** (1) – serial dokum.
15:05 **Mistrz Kuchni: Australia** (11) – pr. rozrywkowy
15:35 **Wspaniałe desery** (4)
16:10 **Gwiazda stylu** (7)
17:05 **Doktor Who: Ściśle tajne 5** (1) – serial dokum.
17:20 **Prawdziwe przekręty** (6)
17:55 **Najsłabsze ogniwo**
18:50 **Mistrz Kuchni: Australia** (12) – pr. rozrywkowy
20:00 **Hotel Babylon 4** (3, 4)
22:00 **Powstać z popiołów** (5)
23:10 **Gwiazda stylu** (8)

ANIMAL PLANET

11:00 **Rekordy zwierząt**
12:00 **Wyprawy Corwina**
13:00 **Austin Stevens – twarzą w twarz z niebezpieczeństwem**
14:00 **Miasto małp**
14:30 **Wyspa orangutanów**
15:00 **Niebezpieczne spotkania**
17:00 **O psach, kotach i innych pupilach** – Kocięta
18:00 **Dziennik z życia wielkich kotów** (3)
18:30 **Słonica Echo z Amboseli**
19:00 **Sztuka adaptacji**
19:30 **Obcy wśród niedźwiedzi**
20:00 **Królowe sawanny**
21:00 **Klinika dla zwierząt: Alaska** – Zew krwi
21:30 **Ludojady**
22:30 **Policja dla zwierząt w Houston**
23:30 **Na posterunku**

DISCOVERY WORLD

6:00 **Inżynieria ekstremalna**
7:00 **Broń przyszłości** – Izrael
8:00 **Pola bitew**
9:00 **10 tajemnic Egiptu** (2)
10:00 **Tajniak**
11:00 **Legendy u schyłku życia**
12:00 **Inżynieria ekstremalna**
13:00 **Katastrofy**
14:00 **Szalona prędkość**
14:30 **Człowiek, który przetrwa wszystko**
15:30 **Historia oręża**
16:30 **Pola bitew**
17:30 **Tajniak**
18:30 **Legendy u schyłku życia**
19:30 **Inżynieria ekstremalna**
20:30 **Historia oręża**
21:30 **Historie lotnicze**
22:30 **Detektywi sądowi**
23:30 **Seryjni mordercy**
0:30 **Broń przyszłości**
1:30 **Strach, szok i filmy wideo**

NATIONAL GEOGR. WILD

6:00 Na ratunek zwierzętom (9) **6:30** Robale z piekła rodem **7:00** Kataklizmy, które wstrząsnęły światem **8:00** Złapany na gorącym uczynku **9:00** Polowanie na wodne potwory **10:00** Badacze rekinów **11:00** Kataklizmy, które wstrząsnęły światem – Wulkan olbrzym **12:00** Badacze rekinów
13:00 Tropem rekinów młotów **14:00** Polowanie na wodne potwory **15:00** Stado z bagien **16:00** Na krawędzi **17:00** Na ratunek zwierzętom (14) **17:30** Małpi biznes (4) **18:00** Badacze rekinów **19:00** Tropem rekinów młotów
20:00 Złapany na gorącym uczynku **21:00** Drapieżne rośliny **22:00** Polowanie na myśliwego **23:00** Polowanie na wodne potwory (2) **0:00** Drapieżne rośliny

DOMO

16:45 Twoje – moje pokoje 3 (6) **17:15** Wnętrza (106) **18:00** Sąsiedzi **18:10** Spryciula (18) **18:35** Ratujcie moją łazienkę (21) **19:00** Gardeners' World (7)
20:00 Ambroży Price zostaje dekoratorem (11) **20:30** Niebiański ogród (6) **21:00** Dział stylu 3 (2) **21:30** Carter potrafi (8) **22:00** Projekt: Otwarcie (7) **22:30** Dotyk luksusu 2 (7) **23:00** Hotele (21)

KUCHNIA TV

18:00 Pogotowie kulinarne Tylera Florence'a (24) **18:30** Podróż kucharza (23) **19:00** Domowy kucharz (16) **19:30** Kuchnia jak życie (51)
20:00 Kulinarne podróże Sary Wiener (9) **20:30** Rude Boy w kuchni (1) **21:00** Gary Rhodes w kuchni przez cały rok (5) **21:30** Łatwa kuchnia indyjska 2 (6) **22:00** Akademia Mistrza Novellego (4) **23:00** Restauracja Jamiego (6)

BBC KNOWLEDGE

11:45 Top Gear 5 (6) **12:50** Wojownicy (5)
13:50 Nieznani bohaterowie Trafalgaru **14:55** Top Gear 14 (7) **15:55** Wyścig na biegun (2) **17:00** Top Gear 5 (6) **18:00** Dzieje współczesnego terroryzmu (9, 10) **19:10** Podwójne życie muru berlińskiego
21:00 Wielka ucieczka – rozrachunek **22:00** Horyzonty: Pożegnanie z Plutonem **23:00** Top Gear 5 (7)

BBC LIFESTYLE

13:05 Kuchenne koszmary (4) **14:05** Gwiazda stylu (7) **14:55** Domowe rewolucje (13) **15:55** Dzieciaki XXI wieku (4) **17:00** Kuchenne koszmary (4) **18:00** Willie i czekoladowa Gwiazdka **19:00** Gwiazda stylu (8)
20:00 Domowe rewolucje (1) **21:00** Cała prawda o jedzeniu (3) **22:00** Jimmy i fabryka jedzenia (5, 6) **23:05** Wspaniałe desery (9, 10)

TLC

6:00 Cukiernicy na start **7:00** Kulinarna Grecja **7:30** Szef kuchni w Twoim domu **8:00** Rodzina 2 + 8 **9:00** Wielki świat małych ludzi **10:00** Przeżyć atak! **11:00** Ciąża z zaskoczenia **11:30** Rodzina 2 + 8 **12:30** Cukiernicy na start
13:30 Kulinarna Grecja – Wiejski jarmark **14:00** Miami Ink – studio tatuażu – Demon prędkości **15:00** Medyczne zagadki – Bolesna prawda **16:00** Jo Frost: poskromić dzieciaka (3) **17:00** Kiedy Cię nie było... – Kansas – West 49th Street **18:00** Cukiernicy na start – Słodka szesnastka **19:00** Jak się nie ubierać? (19) – Gina
20:00 Miami Ink – studio tatuażu – Mistrzowie superligi **21:00** Ciąża z zaskoczenia – Poród w kąpieli **21:30** Brzydka strona piękna (3) **22:30** Wstydliwe choroby (5) **23:30** Wstydliwa prawda **0:30** Miami Ink – studio tatuażu

DISCOVERY SCIENCE

6:00 Gadget Show (30) **6:30** Tajemnice zwykłych rzeczy (7) **7:00** Brainiac (2) **8:00** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **9:00** Gadżety przyszłości **10:00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **11:00** Jak to jest zrobione? **12:00** Brainiac (3) – serial dokumentalny
13:00 Jak działa wszechświat? **14:00** Sci-Trek **15:00** Fabryka smaku **16:00** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **17:00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **18:00** Gadget Show (31) **18:30** Jak to jest zrobione? **19:30** Kosmiczne misje NASA
20:30 O co tu chodzi? **21:30** Prawda czy fałsz – pogromcy mitów **22:30** Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem **23:30** Ryzyko w genach **0:30** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **1:30** Tajemnice zwykłych rzeczy (8) **2:00** Kosmiczne misje NASA

TRAVEL CHANNEL

8:00 **Hollywood i wina**
8:30 **Spragniony podróżnik**
9:00 **Szef kuchni za granicą**
9:30 **Spragniony podróżnik**
10:00 **Nieustraszony podróżnik** (4) – Kolumbia
11:00 **Obieżyświat** – Rzym
12:00 **Kuchnie świata** – Grecja
13:00 **Azja** – Singapur
13:30 **Luksusowe podróże Varuna Sharmy** – Irlandia
14:30 **Hollywood i wina**
15:00 **Obieżyświat** – Paryż
16:00 **Szok kulturowy** – Bombaj
16:30 **Szef kuchni za granicą** (1)
17:00 **Spragniony podróżnik**
17:30 **Azja**
18:00 **Obieżyświat**
19:00 **Rzeki świata**
20:00 **Kurs na zorzę polarną**
21:00 **Podróże kolejami szwajcarskimi**
22:00 **Obieżyświat**
23:00 **Nieustraszony podróżnik**
0:00 **Rzeki świata** – Niger

Kropka tv

CANAL+ SPORT

7:00 Piłka nożna – Liga+
8:30 Piłka nożna – Liga francuska – mecz: Girondins Bordeaux – OSC Lille
10:30 Piłka nożna – Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Real Madryt
12:45 Strefy Euro – magazyn
13:30 Koszykówka – Euroliga mężczyzn: Caja Laboral Baskonia – Asseco Prokom Gdynia
15:40 Piłka nożna – Klub kibica – mecz: Korona Kielce – Lech Poznań
18:10 Koszykówka mężczyzn – NBA Action – magazyn
18:40 Koszykówka – Euroliga mężczyzn – mecz: Zalgiris Kowno – Maccabi Electra Tel Awiw *live*
20:40 Koszykówka – Euroliga mężczyzn – mecz fazy grupowej: Unicaja Malaga – Real Madryt
22:45 Piłka nożna – Klub kibica – mecz: Polonia Warszawa – Wisła Kraków
1:15 Piłka nożna – Liga+ Extra
3:10 Łapu-capu extra

POLSAT SPORT

7:00 FIFA Futbol Mundial – magazyn piłkarski
8:40 Siatkówka kobiet – Liga Mistrzyń – mecz fazy grupowej
10:50 Puchar Świata w narciarstwie alpejskim – magazyn sportowy
11:20 Siatkówka kobiet – Liga Mistrzyń – mecz fazy grupowej
13:30 Kulisy sportu – wywiady Romana Kołtonia
14:00 Siatkówka mężczyzn – PlusLiga – mecz: Delecta Bydgoszcz – Tytan AZS Częstochowa
16:10 Boks
17:10 Piłka nożna – Liga Europejska – mecz fazy grupowej: Lech Poznań – Juventus Turyn
19:20 Boks
20:20 Siatkówka kobiet – Liga Mistrzyń – mecz fazy grupowej
22:30 Boks
0:30 Zakończenie

EUROSPORT

8:35 Eurosport dla planety
9:00 Biatlon – Zawody Pucharu Świata w Östersund
10:30 Skoki narciarskie – Zawody PŚ w Kuopio
11:30 Tenis stołowy – Turniej International Cup – finał
12:25 Halo, halo! Tu Londyn!
12:30 Power snooker – Turniej w Londynie
14:30 Biatlon – Zawody Pucharu Świata w Östersund
15:30 Piłka nożna – Wybór gospodarza MŚ w 2018 i 2022 roku *live*
16:30 Skoki narciarskie – Zawody PŚ w Kuopio
17:15 Biatlon – Zawody PŚ w Östersund *live* (s. 72)
19:00 Eurogole Flesz
19:10 Skoki narciarskie – Zawody PŚ w Kuopio
20:00 Fight Club – World Max Final 16 – magazyn
23:00 Biatlon – Zawody Pucharu Świata w Östersund
0:30 Skoki narciarskie – Zawody PŚ w Kuopio – konkurs indywidualny
1:30 Zakończenie

DISNEY CHANNEL

7:25 Klub przyjaciół Myszki Miki **7:50** Timmy i przyjaciele **8:00** Kim Kolwiek **8:25** Słoneczna Sonny **8:50** Hannah Montana **9:15** Czarodzieje z Waverly Place **9:40** Powodzenia, Charlie! **10:05** Hannah Montana **10:30** Teraz Miki **10:40** Hannah Montana **11:05** Fineasz i Ferb **11:45** Słoneczna Sonny **12:05** H_2O – wystarczy kropla wody
13:00 Teraz Miki **13:10** Jonas w Los Angeles **13:35** Hannah Montana **14:00** Fineasz i Ferb **14:30** Słoneczna Sonny **14:55** Do dzwonka **15:00** Czarodzieje z Waverly Place **15:25** Kim Kolwiek **15:50** Teraz Miki **16:00** Słoneczna Sonny **16:25** Do dzwonka **16:35** Słoneczna Sonny **17:25** Hannah Montana **18:15** Powodzenia, Charlie! **19:05** Do dzwonka **19:15** Jonas w Los Angeles
20:05 H_2O – wystarczy kropla wody **20:30** Teraz Miki **20:35** H_2O – wystarczy kropla wody **21:00** Jake i Blake **21:50** Do dzwonka **22:00** Wymiennicy **22:20** Teraz Miki **22:25** Hannah Montana

CARTOON NETWORK

6:00 Dom dla zmyślonych przyjaciół pani Foster **6:25** Atomówki **6:50** Scooby-Doo **7:15** Scooby-Doo, gdzie jesteś? **7:40** Johnny Test **8:05** Tom i Jerry **8:15** Bakugan młodzi wojownicy **8:40** Angelo rządzi **9:05** Hero 108 **9:30** Ben 10 **9:55** Tom i Jerry **10:35** Cartoon Toon Toon: Batman: Odważni i bezwzględni **11:25** Cartoon Toon Toon: Edek Debeściak **12:15** Xiaolin – pojedynek mistrzów **12:40** Hero 108 – serial anim.
13:05 Młodzi Tytani **13:55** Ed, Edd i Eddy **14:20** Bliźniaki Cramp **14:45** Dom dla zmyślonych przyjaciół pani Foster **15:10** Edek Debeściak **15:35** Ben 10 **16:00** Johnny Test **16:25** Bakugan młodzi wojownicy: Nowa Vestroja **16:50** Hero 108 **17:15** Niezwykłe przypadki Flapjacka **17:40** Angelo rządzi **18:05** Tom i Jerry **18:10** Ben 10: Obca potęga **18:35** Totalna Porażka w trasie **19:25** Xiaolin – pojedynek mistrzów **19:50** Tajemniczy Sobotowie
20:15 Batman: Odważni i bezwzględni **20:40** Atomówki

ORANGE SPORT

9:15 Piłka ręczna mężczyzn – Liga niemiecka – mecz: VfL Gummersbach – HSV Hamburg; Rhein-Neckar Löwen – THW Kiel
12:15 Bundesliga raport – mag.
12:45 Świat Arsenalu – mag.
13:15 Piłka nożna – Ekstraklasa
15:30 Piłka nożna – Ekstraklasa
17:30 Koszykówka mężczyzn – NBA – mecz: Houston Rockets – Los Angeles Lakers
19:30 Boks – Gala w Paryżu – waga ciężka: Jean Marc Mormeck – Timur Ibragimov *live*
22:30 Piłka ręczna mężczyzn – Liga niemiecka – mecz: VfL Gummersbach – HSV Hamburg; Rhein-Neckar Löwen – THW Kiel
1:30 Piłka nożna – Ekstraklasa
3:45 Zakończenie

CZ

POLSAT FUTBOL

7:00 Piłka nożna – Liga Europejska – mecze fazy grupowej
13:00 Piłka nożna – Liga Europejska: Lech Poznań – Juventus Turyn
16:00 Piłka nożna – Liga Europejska: Manchester City – Red Bull Salzburg
18:00 Piłka nożna – Liga Europejska *live*
19:00 Piłka nożna – Liga Europejska: Borussia Dortmund – Karpaty Lwów; Villarreal CF – Dynamo Zagrzeb *live*
23:00 Piłka nożna – Liga Europejska *live*
0:30 Piłka nożna – Liga Europejska – mecz fazy grupowej
2:30 Zakończenie

EUROSPORT 2

13:15 Euroleague Basketball Show – mag. koszykarski
13:30 Champions Club – mag.
14:00 Koszykówka – Euroliga kobiet: Good Angels Koszyce – Cras Basket Taranto
15:00 Freestyle motocross
16:00 Champions Club – mag.
16:30 Euroleague Basketball Show – mag. koszykarski
16:45 Skoki narciarskie – Zawody PŚ w Kuopio
18:15 Euroleague Basketball Show – mag. koszykarski
18:30 Watts – mag. sportowy
19:30 Wiadomości Eurosportu
20:00 Armwrestling
20:30 Futbol stołowy – MŚ
21:00 Zawody niezwykłych psów – mag. sportowy
22:00 Bowling – PBA Tour w USA
23:00 Watts – mag. sportowy

DISNEY XD

6:50 Connor Undercover **7:15** Fineasz i Ferb **8:05** Kick Strach się bać **8:30** Nie ma to jak statek **8:55** Pośmiej się **9:00** Nie ma to jak statek **9:50** Ja w kapeli **10:15** Marvel Super Hero Squad **10:40** Nie ma to jak statek **11:30** Zeke i Luther **11:55** Pośmiej się **12:00** Fineasz i Ferb
13:00 Dzieciak kontra Kot **13:30** Zafalowani **13:55** Pośmiej się **14:00** Connor Undercover **14:25** Nie ma to jak hotel **14:50** Zeke i Luther **15:15** Marvel Super Hero Squad **15:40** Pośmiej się **15:45** Kick Strach się bać **16:15** Ja w kapeli **16:40** Nie ma to jak statek **17:55** Fineasz i Ferb **18:45** Pokémon DP: Gallactic Battles **19:10** Zafalowani **19:35** Kick Strach się bać – serial anim.
20:00 Fineasz i Ferb

NICKELODEON

6:30 SpongeBob Kanciastoporty **7:00** Danny Phantom **7:30** Ni Hao Kai-Lan **8:00** Wspaniałe zwierzaki **8:30** Śladem Blue **9:30** Dora poznaje świat **10:30** Fanboy i Chum Chum **11:00** Jimmy Neutron: Mały Geniusz **11:30** Pingwiny z Madagaskaru **12:00** Zagroda według Otisa **12:30** Drake i Josh
13:00 iCarly **13:30** Kotopies **14:30** Wróżkowie chrzestni **15:00** Awatar: Legenda Aanga **15:30** SpongeBob Kanciastoporty **16:00** Fanboy i Chum Chum **16:30** Big Time Rush **17:00** iCarly **17:30** Brygada **18:00** Z życia nastoletniego robota **18:30** Wróżkowie chrzestni **19:00** SpongeBob Kanciastoporty **19:30** Pingwiny z Madagaskaru
20:00 iCarly **20:30** Brygada **21:00** Pingwiny z Madagaskaru

N SPORT

9:05 nWieczór – magazyn
10:05 Piłka nożna – Liga Mistrzów
11:05 Mój sport, moje życie
12:05 Przesłuchanie – mag.
12:30 Magazyn Ligi Mistrzów
13:05 Piłka nożna – Liga Mistrzów
15:05 Legia – stawka większa niż mecz – serial dokum.
15:30 Tydzień na maksa
16:05 Zagraj to jeszcze raz
16:30 Przesłuchanie – mag.
17:05 Nasza piłka – magazyn
18:05 Magazyn Ligi Mistrzów
18:30 Gwiżdżę na to – mag.
19:05 Piłka nożna – Liga Mistrzów
20:00 Bez ciśnień – pr. rozr.
21:00 Serwis
21:05 Legia – stawka większa niż mecz – serial dokum.
21:30 Przesłuchanie
22:00 Serwis – pr. informacyjny
22:10 Mój sport, moje życie
23:00 Serwis – pr. informacyjny
23:10 Tydzień na maksa
23:30 Zagraj to jeszcze raz

POLSAT SPORT EXTRA

7:00 K.O. TV Classics – mag.
8:10 Piłka ręczna mężczyzn – LM – mecz fazy grupowej
10:20 Cafe Futbol – magazyn
12:00 Piłka ręczna mężczyzn – LM – mecz fazy grupowej
14:00 Boks – K.O. TV Classics
15:10 Piłka ręczna mężczyzn – LM – mecz fazy grupowej
17:00 Skeleton – Zawody Pucharu Świata w Calgary – przejazd kobiet *live*
18:30 Skeleton – Zawody Pucharu Świata w Calgary – przejazd kobiet *live*
19:40 Sport motorowodny – Powerboating
21:00 Skeleton – Zawody Pucharu Świata w Calgary – przejazd mężczyzn *live*
22:30 Skeleton – Zawody Pucharu Świata w Calgary – przejazd mężczyzn *live*
23:30 Sport motorowodny – Powerboating

TVP SPORT

11:25 Telezakupy
12:00 Piłka nożna – Liga szkocka – mecz: Dundee United – Glasgow Rangers
14:00 Biatlon – Zawody Pucharu Świata w Östersund
15:35 Z archiwum TVP
15:55 Piłka nożna – Wybór gospodarza MŚ w 2018 i 2022 roku *live*
16:35 Explorers Festival – Łódź 2010 – reportaż
17:10 Biatlon – Zawody Pucharu Świata w Östersund *live*
19:35 Koszykówka kobiet – Ford Germaz Ekstraklasa – mecz: Artego Bydgoszcz – Energa Toruń *live*
21:40 Ayrton Senna – przerwany wyścig
22:30 Rajdowe MŚ
23:00 Sportowy wieczór
23:20 Biatlon – Zawody Pucharu Świata w Östersund
0:50 Zakończenie

TVN TURBO

6:00 Na osi **6:35** Niebezpieczne pasje **7:35** Polak potrafi 6 **8:05** Gadżet 5 **8:40** Operacja tuning 7 **9:10** Katrina **10:05** Legendy PRL 7 **10:35** Uwaga! Pirat! **11:25** Jazda polska **11:55** Rekrut **12:25** Automaniak 5 **12:55** Toolbox 4
13:25 TurboNet **13:55** Zobacz to! 2 **14:30** Operacja tuning 7 **15:00** Ale urwał! **15:30** Na osi **16:00** Moto-On 5 **16:30** Toolbox 4 **17:00** Zakup kontrolowany 10 **18:00** Raport Turbo **18:25** Legendy PRL 6 **18:55** Turbo kamera 7 **19:25** Raport Turbo **19:50** Rekrut
20:20 Najniebezpieczniejsze zawody **21:15** De Lux 6 **21:30** Gadżet 5 **22:00** Toolbox 4 **22:30** Raport Turbo **22:55** Uwaga! Pirat! **23:30** Rzeczoznawca **0:00** Telezakupy erotyczne **0:25** Turbo Erotyk **0:50** Telezakupy erotyczne **1:10** Turbo Erotyk **1:30** Telezakupy erotyczne **1:50** Turbo Erotyk

BBC CBEEBIES

10:50 Listonosz Pat 4 **11:05** Przygody Rozi **11:20** Pokaż mi, pokaż **11:45** Boogie Beebies **12:00** Nosal i Skrob **12:20** Potrafię gotować **12:35** Penelopa K. **12:50** Wielka rodzina – serial animowany
13:00 Waybuloo **13:25** Pinky Dinky Doo **13:35** Błyśnij-błyskula **14:00** Teletubisie **14:25** Czerwony traktorek **14:35** Traktor Tom **14:50** Listonosz Pat 4 **15:05** Przygody Rozi **15:20** Pokaż mi, pokaż **15:45** Boogie Beebies **16:00** Nosal i Skrob **16:20** Potrafię gotować **16:35** Penelopa K. **16:50** Wielka rodzina **17:00** Waybuloo **17:25** Pinky Dinky Doo **17:35** Błyśnij-błyskula **18:00** Teletubisie **18:25** Czerwony traktorek **18:35** Traktor Tom **18:50** Listonosz Pat 4 **19:05** Andy Pandy **19:10** Fimbusie – Kosmaty materiał **19:30** Wesoła farma **19:45** Waybuloo
20:05 Dobranocny ogród

Oceny filmów: ★★★ – bardzo dobry ★★ – dobry ★ – średni

Program: △ – za zgodą rodziców ○ – dla dorosłych

ZIG ZAP

6:00 Batman 2 **6:25** Titeuf 2 **6:50** Rahan – syn czasów mroku **7:15** Superszpiedzy **7:45** Przymierzalnia **7:55** Przymierzalnia: Zoey 101 4 **8:30** Przymierzalnia **9:00** Liga Złośliwców **9:25** 6 w pracy **9:50** Wakfu **10:15** Ruby Gloom **10:45** Kod Lyoko **11:45** Podcats **12:00** Urasula i my – serial animowany **12:10** Zwierzakowo **12:30** Ruby Gloom – serial animowany **13:00** Lou! **13:20** Sally Bollywood **13:45** Kapitan Biceps **14:20** Superszpiedzy **14:45** Moje życie ze mną **15:00** Podcats **15:15** Batman 2 **15:45** Muzz Up **16:10** Rahan – syn czasów mroku **16:35** Liga Złośliwców **17:00** Strażnicy z Chinatown **17:25** Pamiętnik Sofii **17:30** Pora na Hit! **18:00** Sprawa oddalona 2 – serial dla młodzieży **18:30** Przypadki nastolatki – serial dla młodzieży **19:00** Pies, który mówi – serial familijny **19:30** Co u Dani? 2 – serial komediowy
20:00 Amika – serial dla młodzieży **20:30** Degrassi – nowe pokolenie 9 – serial dla młodzieży

JIM JAM

13:45 Tomek i przyjaciele **14:00** Bob Budowniczy **14:10** Co ja widzę?! **14:25** Igloo-Gloo **14:40** Rubbadubbers **14:50** Oswald **15:05** Antek Mrówka **15:20** Dorotka – wesoły dinozaur **15:30** Barney i przyjaciele **15:55** Tigga & Togga **16:05** Igloo-Gloo **16:20** Co ja widzę?! **16:35** Kacper **16:45** Strażak Sam **16:55** Antek Mrówka **17:10** Bob Budowniczy **17:20** Tomek i przyjaciele **17:35** Bob Budowniczy **17:45** Rubbadubbers **17:55** Oswald **18:15** Małe planety **18:30** Dougie w przebraniu **18:40** Magiczny klucz **18:50** Dougie w przebraniu **19:00** Bajki i bajeczki **19:15** Tork **19:25** Świnka Chudzinka **19:35** Roztańczona Angelina **19:50** Dougie w przebraniu
20:00 Magiczny klucz

VIVA POLSKA

13:00 Moja własna gwiazda PL **13:30** Planet VIVA **14:00** Viva Spot Extra **14:30** Planet VIVA **15:00** In & Out **16:00** VIVA Mjuzik Kłiiiz (1) **17:00** Viva królowie densfloru (6) **17:30** Planet VIVA **18:00** 4 Girls Only **19:00** Sprawdź to
20:00 O co kaman? **21:00** Hot or Not **22:00** 10 na 10 **23:00** Top 50 – najlepsze w listopadzie **3:00** Parot **3:30** Kocha, nie kocha

VH 1 POLSKA

12:00 VH1 Hits
13:00 VH1 kontra **14:00** VH1 Hitters **15:00** Pop chart **16:10** Wszyscy kochają Raymonda 7 (24, 25) **17:00** Cudowne lata (17, 18) **18:00** Tak, kochanie (8, 4) **19:00** Wszyscy nienawidzą Chrisa 2 (3-6)
20:35 Cudowne lata (21, 22) **21:30** Diabli nadali 6 (13, 14) **22:20** Byle do przodu (20, 17) **23:10** Wszyscy kochają Raymonda 7 (24, 25)

BOOMERANG

6:00 Tom i Jerry **6:25** Zwariowane melodie **6:55** Flintstonowie **7:20** Jetsonowie **7:45** Szczenięce lata Toma i Jerry'ego **8:10** Garfield **8:35** Kaczor Dodgers **9:00** Scooby-Doo **9:30** Odlotowe wyścigi **10:00** Dastardly i Muttley **10:25** Porażki króla Artura **10:50** Ratunku! To banda Kudłacza **11:15** Szczeniak zwany Scooby-Doo **11:40** Przygody Popeye'a **12:05** Scooby-Doo, gdzie jesteś? **12:30** Kot Tip-Top **12:55** Hong Kong Fu-i
13:20 Kaczor Dodgers **13:45** Jetsonowie **14:10** Flintstonowie **14:35** Zwariowane melodie **15:00** Tom i Jerry **15:20** Kot Tip-Top **15:45** Odlotowe wyścigi **16:00** Dastardly i Muttley **16:30** Scooby-Doo **17:00** Johnny Bravo **17:30** Laboratorium Dextera **18:00** Zwariowane melodie **18:20** Kaczor Dodgers **18:45** Garfield **19:10** Flintstonowie **19:35** Jetsonowie
20:00 Yogi – łowca skarbów **20:25** Tom i Jerry **20:50** Scooby-Doo **21:15** Droopy i Dripple **21:40** Kot Tip-Top **22:00** Garfield **22:25** Scooby-Doo

MINI MINI

13:30 Marta mówi **14:00** Niedźwiedź w dużym niebieskim domu 2 **14:25** Olinek Okrąglinek **14:50** Lusia **14:55** Harry i wiaderko pełne dinozaurów **15:05** Kolorowy świat Pacyka **15:15** Małe zoo Lucy **15:25** Gwiazdka Laury **15:40** Kraina Elfów **15:50** Strażackie opowieści **16:15** Przygód kilka wróbla Ćwirka **16:25** Miffy **16:30** Zgaduj z Jessem **16:45** Stacyjkowo **16:55** Tomek i przyjaciele **17:05** Clifford – duży czerwony pies **17:30** Minikolory **17:35** Bawmy się, Sezamku **18:05** Niezwykłe przygody Berta i Erniego **18:10** Świat Elmo **18:25** Nouky i przyjaciele 2 **18:30** Stuart Malutki **18:55** Rajdek – mała wyścigówka **19:05** Opowieści z Tinga Tinga **19:20** Mania **19:30** Marta mówi
20:00 Małgosia i buciki 2

MTV POLSKA

16:30 Next **17:00** MTV Pudelek (3) **17:30** Kardashianowie **18:00** Koszmar minionej randki (16) **18:30** MTV Plotek (8) **19:00** Szał ciał **19:30** Co na to tato? (4)
20:00 Gdybyście naprawdę mnie znali (3) **20:30** Toksyczny chłopak (13) **21:00** Wojownicy ninja (15) **21:30** Zemsta na brutalu (16) **22:00** Ostre cięcie (9, 10) **23:00** Pranked **23:30** Włatcy móch

4FUN TV

14:30 Hit Me **15:00** Data urodzenia **15:30** Kiedy weźmiesz ślub **16:00** Parowanie **16:30** Imię drugiej połówki **17:00** TOP 10/Czat **18:00** Muzyczny alfabet/Parowanie **19:00** Dance lista
20:00 Hit Me/Kiedy weźmiesz ślub **20:30** Non Stop Fresh/Data urodzenia **21:00** Best of Pop **22:00** Hit Me **23:00** Zakazane piosenki + Kamasutra **0:00** Nocny hałas

Sudoku

9			4		6			1
		2	7		8	9		
	1						2	
	2	6				1	9	
	3		5		2		4	
	7	8				5	6	
	9						7	
		3	2		5	8		
2			6		1			9

Rozwiązanie z nr 46/2010

Jak rozwiązywać SUDOKU?
Rozwiązywanie SUDOKU polega na wpisywaniu do diagramu brakujących cyfr w taki sposób, aby w każdym poziomym rzędzie i w każdej pionowej kolumnie oraz w każdym małym kwadracie 3x3 kratki (o pogrubionych bokach) znalazły się wszystkie cyfry od 1 do 9. Każda z cyfr w rzędzie, w kolumnie czy w małym kwadracie może być wpisana tylko raz.

9	5	3	2	1	4	7	6	8
7	1	8	5	9	6	3	2	4
4	2	6	8	7	3	1	5	9
6	9	1	7	4	5	8	3	2
8	7	5	1	3	2	4	9	6
3	4	2	9	6	8	5	7	1
2	3	4	6	5	1	9	8	7
5	8	7	4	2	9	6	1	3
1	6	9	3	8	7	2	4	5

Komiks



RYS. JAROSŁAW SZCZEPANIK

Śmiej się z nami!

STUDENT PYTA PRZYJACIELA:
– Co taki dzisiaj smutny?
– Właśnie wyrzucili mnie z uczelni...
– Jak to? Za co?!
– Nie mam pojęcia. Przecież pół roku mnie tam nie było!

7-LETNIA CÓRECZKA PRZYCHODZI DO MAMY:
– Mamo, czy jak już będę duża i znajdę sobie mężczyznę i jak wyjdę za mąż, to będzie tak jak ty z tatą?
– Tak, kochanie.
– A jak bym nie wyszła za mąż, to będę taką starą panną jak ciocia Basia?
– Tak, córeczko.
– Nie ma co, fajne perspektywy...

STRAŻNIK OTWIERA DRZWI CELI i mówi do więźnia:
– Żona przyszła w odwiedziny.
– Która?
– Tylko bez głupich dowcipów!
– Jakie dowcipy? Panie, ja tu przecież siedzę za bigamię!

DELEGACJA NAUCZYCIELI przychodzi na spotkanie z ministrem.
– Panie ministrze, my w ogóle nie mamy pieniędzy!
– No, trudno... przyjdźcie innym razem...

Gwiazdy na opak



Twój PORADNIK

80 **SEKSOWNY BIUST** – *sekret tkwi w dopasowanym staniku*

82 **NA SUCHO CZY NA MOKRO?** Najlepsze metody pozbycia się zarostu.

84 **LEGINSY** *z czym je nosić,* by nie wyglądały wulgarnie ani śmiesznie

86 **SŁODZIKI** Czy zamienniki cukru są zdrowe?

90 **ŻEGNAMY SMOCZEK** Jak oduczyć dzieci tego psującego zgryz nawyku.

92 **TRZECI MIGDAŁ** Przyczyna nawracających infekcji u najmłodszych.

94 **LŚNIĄCY DOM** *zaczynamy przedświąteczne porządki.*



Większość Polek nawet nie wie, że istnieje taki rozmiar jak 70K. Nie wie o tym także wielu producentów bielizny. Tymczasem ile kobiet tyle biustów, a właściwie dobrany stanik to nie tylko zdrowie, ale i seksowny wygląd.

Dobieramy biustonosz

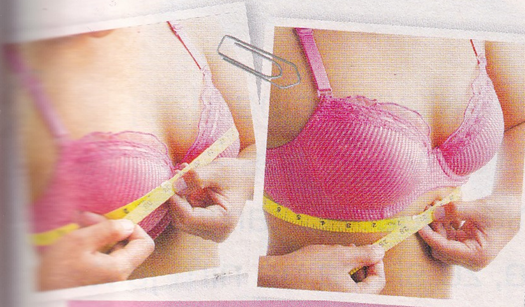
Noszenie niewłaściwie dobranych staników powoduje nadmierne obciążenie kręgosłupa i ramion. Źle dobrany biustonosz zniekształca biust. Piersi tracą jędrność i kształt i wyglądają co najmniej nieestetycznie. Niewłaściwie dobrana bielizna wywołuje ból kręgosłupa i zmiany zwyrodnieniowe. W konsekwencji garbimy się i drętwieją nam ręce.

ABC wyboru stanika

Jak wygląda prawidłowo dobrany biustonosz? To proste! Jego przód i boki powinny być skierowane ku górze, a tył i zapięcia w dół. Poza tym pamiętajmy, że czasami istnieją rozbieżności w rozmiarze stanika w zależności od producenta. Dlatego nasz rozmiar może się zmieniać!

Najważniejsze parametry

Najważniejsze jest dopasowanie do budowy ciała. Dla przykładu kobiety puszyste powinny unikać wąskich ramiączek – z prostej przyczyny, nie są one w stanie utrzymać ciężkich piersi. Najistotniejszym parametrem jest obwód pod biustem, bo jest to część stanika podtrzymująca piersi. Biustonosz ma być odpowiednio ciasny, by podołać dźwiganiu biustu. I tu uwaga: jeżeli masz obwisłe piersi, zdecyduj się na obwód o jeden rozmiar mniejszy, niż wskazuje na to pomiar Twojego obwodu pod



Jak dobrać stanik?

KROK 1.
Mierzymy obwód pod biustem i biustu, a następnie korzystamy z tabelki, by wyznaczyć właściwy dla nas rozmiar, np. 65D

KROK 2.
Do przymierzalni bierzemy kilka staników w rozmiarze, który wyszedł nam z obliczeń. Prawdopodobnie tylko jeden z nich będzie idealnie pasował.

KROK 3.
Wydłużamy maksymalnie ramiączka, pochylamy się do przodu i wkładamy piersi do miseczek. Zapinamy na pierwsze z brzegu zapięcie na plecach.

KROK 4.
Wsuwamy dłoń do miseczki i podnosimy pierś, a drugą ręką pociągamy za koniec fiszbiny, tak by umiejscowić prawidłowo pierś w miseczce.

KROK 5.
Trzymając za fiszbiny, w pozycji pochylonej potrząsamy obiema piersiami w staniku. W ten sposób ciało dopasuje się do stanika.

KROK 6.
Na końcu skracamy ramiączka stanika.

KROK 7.
Jeśli żaden ze staników nie spełni kryteriów podanych wyżej, spróbujmy wziąć miseczkę o jeden rozmiar większą, jeśli stanik był za mały (np. mierzyłyśmy 70D, weźmy 70E), lub zmniejszmy obwód, jeśli stanik był za duży (z 70D do 65D).

biustem. A to dlatego, że gumki stanowiące szkielet stanika z czasem rozciągają się i jeżeli, kupując stanik, z łatwością zapięłaś środkową haftkę, to po jakimś czasie będziesz zapinać się na kolejną, a potem stanik przestanie podtrzymywać biust, bo jego obwód będzie za luźny. Dlatego lepiej, by stanik na początku wrzynał się lekko w ciało, bo wtedy na pewno będzie właściwie spełniał swoją funkcję.

Błędy w doborze

Szacuje się, że 90% kobiet nosi źle dobrane staniki (jeśli masz na sobie rozmiar 80B najprawdopodobniej powinnaś nosić 75D). Dotyczy to przede wszystkim dopasowania pod biustem oraz rozmiaru miseczki. Dobrze dobrany stanik powinien mieć odpowiednio długie fiszbiny – od mostka pod pachę, tak by druty nie uwierały, ale obejmowały dolną część biustu. Środek stanika ma przylegać do klatki piersiowej. Ważne są także ramiączka, które nie powinny pozostawiać wgłębień i których początek powinien wychodzić spod pachy. Zapięcie idealnego stanika przylega nieruchomo do pleców, a pasek biustonosza znajduje sie pod łopatkami na linii biustu a nie gdzieś w górnej części pleców (u niektórych pań jego zarys można zauważyć wręcz u nasady szyi). W miseczce powinny zmieścić się całe piersi – wystające pod pachami „buły" to oznaka źle dobranego stanika. |ZM

FOT. ISTOCKPHOTO.COM (3)

Najlepiej w Internecie

Właścicielki potężnych biustów wiedzą, że kupienie pasującego stanika graniczy z cudem. Na szczęście istnieje Internet, a w nim sklepy, oferujące rozmiarówkę powyżej D. Na forach internetowych znajdziemy porady dla kobiet hojnie obdarzonych przez naturę: biusciaste.prv.pl, duzy-biust.pl, stanikomania.blox.pl. Niestety, staniki w dużych rozmiarach to inwestycja – kosztują od 100 do nawet 300 zł.

Rozmiar stanika

Jak określić rozmiar?
Rozmiar biustu zmienia się. Większość kobiet uważa, że skoro w młodości nosiły rozmiar 75B, będzie tak zawsze. Okazuje się, że to błąd. Rozmiar podlega wahaniom wraz ze zmianą wagi, przebytymi ciążami, laktacją, wiekiem itp.

Dla pań mających obwód pod biustem:
63-70 cm rozmiar na metce to europejskie 65, a francuskie 80
70-77 cm – europejskie 70, a francuskie 85
77-82 cm – europejskie 75, a francuskie 90
82-87 cm – europejskie 80, a francuskie 95

Następnie należy określić wielkość miseczki, czyli odjąć od obwodu biustu wartość obwodu pod biustem. W zależności od uzyskanego wyniku mamy:
- 12-14 cm – miseczka A
- 14-16 cm – miseczka B
- 16-18 cm – miseczka C
- 18-20 cm – miseczka D
- 20-22 cm – miseczka E
- 22-24 cm – miseczka F
- 24-26 cm – miseczka G itd.

REKLAMA

IMMUNOFORT
wzmacnia odporność

- skuteczny w infekcjach górnych dróg oddechowych gardła, jamy ustnej i zatok

szczególnie polecany:
- przy częstych przeziębieniach
- w skłonnościach do zakażeń bakteryjnych, wirusowych i grzybiczych



Tradycyjny produkt roślinny z określonymi wskazaniami wynikającymi wyłącznie z długotrwałego stosowania.

Produkt złożony.

WSKAZANIA DO STOSOWANIA: Immunofort jest stosowa pomocniczo w infekcji górnych dróg oddechowych, gardła, migdałów, jamy ustnej i zatok; w skłonnościach do częstych przeziębień oraz do zakażeń bakteryjnych, wirusowych i grzybiczych, w źle gojących się ranach.

PRZECIWWSKAZANIA: Nie należy stosować leku w przypadku reakcji nadwrażliwości na którąkolwiek z substancji czynnych lub pomocniczych lub na rośliny z rodziny Złożony (Compositae). Nie stosować w przypadku: postępujących chorób układowych (np. gruźl sarkoidoza, kolagenozy, stwardnienie rozsiane), zakażenia wirusem HIV oraz innych chorobach autoimmunologicznych i z autoagresji, w onkologii u pacjentów leczonych cytostatykami, u pacjentów po przeszczepach narządów, w chorobach krwi, dotyczącyc układu białych krwinek (agranulocytoza, białaczka), w przypadku chorób alergicznych (np. pokrzywka, atopowe zapalenie skóry, astma).

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwska nia, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informa dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu ży lub zdrowiu.

Nos *pod ochroną*

W trakcie kataru najbardziej poszkodowany jest nos – ciągłe wycieranie chusteczkami powoduje, że skóra na nim jest podrażniona. Co zrobić, by nie wyglądał jak zaczerwieniona bulwa?



Katar to nic innego jak stan zapalny błony śluzowej nosa. Jego objawami są niedrożność nosa, wycieki wydzieliny, swędzenie i kichanie. Charakter wydzieliny z nosa jest różny. Podczas kataru wirusowego pojawia się wyciek wydzieliny wodnisto-śluzowej, natomiast przy katarze bakteryjnym mamy wyciek śluzowo-ropny. Czasami schorzenie może wynikać z alergii. Występuje wtedy sezonowo lub trwa przez cały rok.

Co ciekawe, kichanie i wyciek z nosa to forma walki z wirusami, mająca doprowadzić do wydalenia zarazków z organizmu. Obrzęk błony śluzowej wewnątrz jam nosa ma na celu ograniczenie inwazji wirusów poprzez dostarczenie tam komórek układu odpornościowego.

Cierpi... nos

Jednak to, co dzieje się wewnątrz organizmu, nie pozostaje bez wpływu na nasz wygląd. Głównym poszkodowanym w tym czasie jest skóra nosa. Na skutek częstego wycierania staje się czerwona i spierzchnięta, a w wyniku stosowania objawowo działających kropel do nosa i tabletek przeciwko katarowi dochodzi do nadmiernego przesuszenia śluzówki, co prowadzi do jej nadwrażliwości, dyskomfortu i ciągłego kichania.

Inhalacje i płukanki

By uniknąć spierzchnięcia i złagodzić jego objawy, najlepiej stosować tłuste kremy lub kremy kojarzone z pielęgnacją odparzeń u niemowląt: stworzony na bazie lanoliny linomag czy sudocrem, który wzbogacony jest o działający gojąco tlenek cynku, a także zwykłe Bambino czy Nivea. Ulgę może przynieść też najzwyklejsza w świecie wazelina (może być też ta stosowana do ust, nawet w sztyfcie). Grunt to położenie grubej warstwy specyfiku.

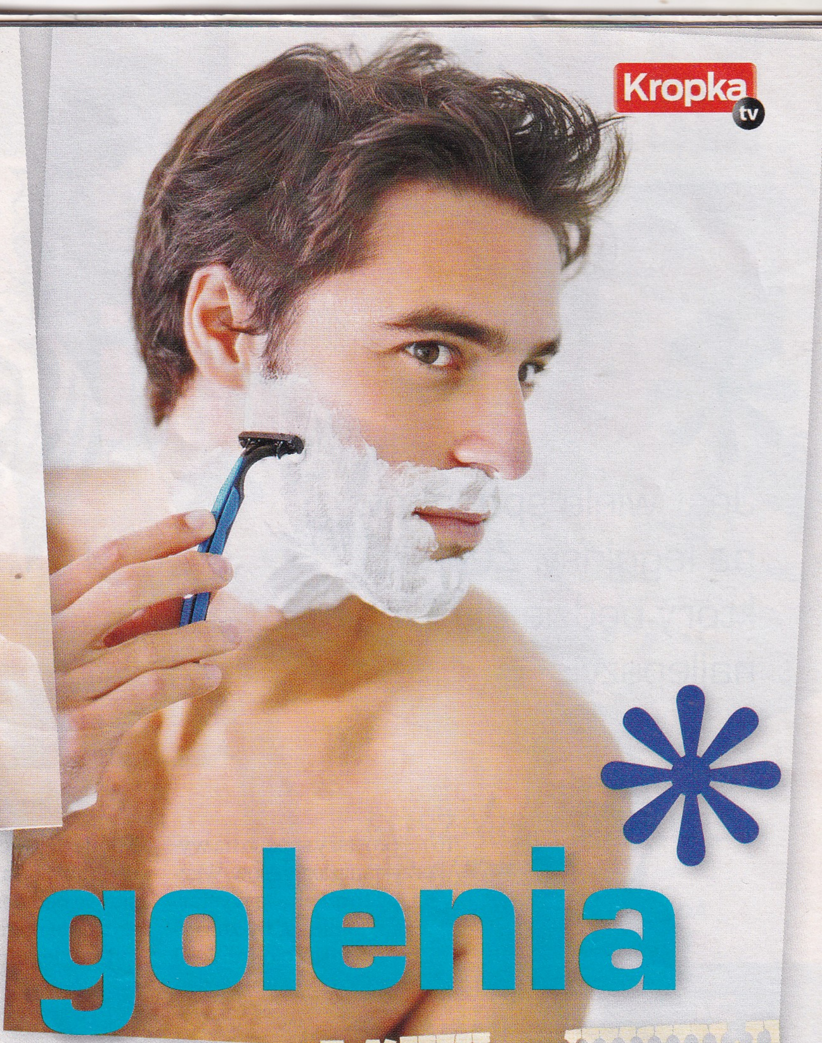
Częste wycieranie nosa chusteczkami podrażnia delikatną skórę.

Jeśli doskwiera Ci nadmierna suchość śluzówki, zastosuj krople nawilżające do nosa – są dostępne bez recepty. Krople takie zawierają zazwyczaj roztwór chlorku sodu, glicerol i kwas hialuronowy. Ten ostatni składnik odpowiada za proces gojenia śluzówki i zapobiega wiązaniu wody, przez co powierzchnia błony śluzowej jest nawilżona. Można też stosować roztwór soli morskiej w sprayu (choć to dość drogi preparat, ok. 25 złotych) lub inhalację solą fizjologiczną (doprowadzamy do wrzenia szklankę soli fizjologicznej i nachylamy się nad naczyniem, głęboko wdychając parę – by uniknąć ucieczki pary, nad głową i naczyniem trzymamy rozpostarty ręcznik). Jeśli do apteki nie jest Ci po drodze, możesz zastosować domową inhalację wodą z solą kuchenną (łyżka soli na szklankę wody). |ZM



Złagodzenie objawów kataru nie wymaga od razu faszerowania się lekami. Czasami ulgę przyniesie inhalacja roztworem soli kuchennej, a także płukanie nosa solą fizjologiczną.





Dwie szkoły golenia

Chłopcy nie mogą się go doczekać, by w dorosłym wieku traktować je jak zło konieczne...

Prawie każdy mężczyzna ma swoją teorię na temat golenia. Jedni są zwolennikami golenia na mokro, czyli za pomocą jednorazowych maszynek. Inni opowiadają się za goleniem na sucho, czyli maszynką elektryczną.

Trochę historii

Tak naprawdę nie wiadomo, kiedy ogolona skóra zaczęła być atrybutem urody. Narzędzie przypominające brzytwę było używane już w epoce brązu. Pierwszym nowożytnym urządzeniem do golenia była brzytwa. Miała jedną wadę: posługiwanie się nią wymagało wprawy. Golenie więc często powierzano specjalistom – golibrodom. Przełomem było wynalezienie maszynki z żyletką w XIX w. – co ciekawe, polska nazwa „żyletka" pochodzi od nazwiska właściciela pierwszego patentu na to urządzenie: Kinga Campa Gilette'a. Dzięki temu wynalazkowi zacięcia stały się rzadsze, a golić mógł się każdy – wciąż jednak na mokro. Dopiero w 1928 r. opatentowano pierwszą elektryczną maszynkę do golenia, która umożliwiła szybkie pozbywanie się zarostu na sucho.



GOLARKA BRAUN 150

99,00 zł/szt. (oferta obowiązuje w sklepach Biedronka od 25.11)

Zawsze z włosem

O ile decyzja na mokro czy sucho jest bardziej kwestią wyboru, o tyle pewnych zasad należy przestrzegać zawsze – dla dobra własnej skóry. Golimy się zawsze z włosem, a nie pod włos. Dlaczego? Bo golenie pod włos drażni skórę. Podczas golenia należy używać maszynek o ostrych ostrzach – stosowanie jednorazówek w nieskończoność jest marnym pomysłem – nie dość, że golenie jest wówczas niedokładne, to zwiększa się ryzyko skaleczeń.

NA MOKRO

Jedną z największych zalet golenia na mokro, czyli żyletką czy maszynką jednorazową, jest dokładność. Metoda ta jest bardziej higieniczna niż golenie na sucho, podczas którego resztki włosów zostają w golarce. Istotne jest, by po nałożeniu pianki odczekać chwilkę, żeby zarost miał czas na nawilżenie. Po goleniu najlepiej spłukać golone miejsca zimną wodą, a następnie użyć kremu lub balsamu po goleniu – dzięki temu podrażniona skóra szybciej się zregeneruje.

NA SUCHO

Niewątpliwym plusem golenia na sucho za pomocą maszynki elektrycznej jest bezpieczeństwo tej metody – ryzyko zacięcia się jest minimalne. Ten sposób golenia pozwala zaoszczędzić czas. Poza tym ostrze żyletki czy jednorazowych nożyków zdziera przy goleniu wierzchnią warstwę naskórka, a to ją podrażnia – przy goleniu na sucho problemu tego nie ma. To dlatego panowie z problemami skórnymi zazwyczaj decydują się na golenie na sucho. Wadą golenia na sucho jest jego mniejsza dokładność. Po ogoleniu się, tak jak w wypadku golenia się na mokro, nakładamy na twarz krem nawilżający.

FOT.: ISTOCKPHOTO.COM (4)

Zamiast spodni

Jest wiele sposobów na legginsy. Zobacz, który będzie dla Ciebie najlepszy!







Z tunikami

To najprostszy sposób na wykorzystanie legginsów. Ważne, by tunika była wystarczająco długa, by zakryła pośladki i biodra. Jeśli masz krótką tunikę, sięgającą do połowy pupy, załóż ją ze spodniami-rurkami lub bardzo grubymi legginsami. Tunika może być sportowa lub elegancka. Najlepiej, kiedy tunika jest luźna i stanowi przeciwieństwo do dopasowanych legginsów.

Kobiety drobne i wysokie

Jeśli masz filigranową figurę, Twoja tunika nie powinna być bardzo luźna. Nie może też sięgać niżej niż do połowy ud. Inaczej będziesz wyglądać, jakbyś założyła legginsy do sukienki. Zakładaj rzeczy proste, najlepiej jednobarwne, które wydłużą sylwetkę. Jeśli jesteś wysoka, szukaj tunik dokładnie zakrywających pośladki. Krótkie tuniki niepotrzebnie dodadzą Ci centymetrów.

Buty

Latem legginsy najlepiej wyglądają z balerinkami i butami na obcasie. Zimą masz większy wybór – kozaki, botki, kalosze, buty typu emu, wysokie oficerki za kolana. Pamiętaj, że jeśli Twoje nogi nie należą do najszczuplejszych, będziesz lepiej wyglądać w legginsach, zestawiając je z kozakami na obcasie.

FOT.: ISTOCKPHOTO.COM (5)

Minispódniczki

Młode dziewczyny uwielbiają nosić legginsy do minispódniczek dżinsowych. W takim zestawie będziesz dobrze wyglądać, jeśli masz szczupłe nogi. Do minispódniczek wybieraj jednak legginsy sięgające do kostki. Te do połowy łydki niepotrzebnie skrócą optycznie Twoje nogi.

Kolory

Legginsy powinny stanowić dodatek do stroju, a nie jego bazę. Najpierw więc wybierz górę, a później zdecyduj, czy założysz legginsy i w jakim kolorze. Pamiętaj, że leginsy nie powinny przyćmić góry. Załóż więc takie w stonowanych kolorach, współgrających z tuniką. Jeśli tunika jest kolorowa, legginsy powinny być czarne lub popielate – kolorystyka stonowana. Cekinowe legginsy, lateksowe czy kolorowe możesz zestawić wyłącznie z prostą, stonowaną tuniką lub bluzką.

Czego unikać?

Obecnie rozróżniamy trzy typy legginsów: wykonane z tego samego materiału co rajstopy, nieco grubsze, uszyte z materiału, oraz bardzo grube, przypominające spodnie. Dwóch pierwszych nie wolno nosić do bluzek i zbyt krótkich tunik. Legginsy bardzo grube można łączyć z luźniejszymi bluzkami. Na imprezę dozwolone jest także połączenie legginsów lateksowych lub cekinowych z topami i luźnymi T-shirtami.





Błyszczące i kolorowe legginsy łącz ze stonowaną „górą". Jednak krótkie topy nie są tu wskazane.

Baw się różnymi fasonami legginsów!

DLA MNIE I DLA CIEBIE

LABORATORIUM KOLORÓW DR. SZKIELETORA

OD PONIEDZIAŁKU 29 LISTOPADA







SUSZARKA PHILIPS HP 4935/00

OD PONIEDZIAŁKU 29 LISTOPADA

PRZYTULNIE...





PLECAK Z KAPCIAMI
rozmiary: 25/26-31/32

- RÓŻNE WZORY DO WYBORU

OD CZWARTKU 2 GRUDNIA W BIEDRONCE

NARZUTA 200x220 cm

OD CZWARTKU
2 GRUDNIA W BIEDRONCE





Hity tygodnia

Biedronka
Codziennie niskie ceny



Sklepowe półki pełne są wyrobów, które mają zastąpić te tłuste i pełne cukru. Czy przysmaki nowej generacji są jednak rzeczywiście tak zdrowe?

Zdrowa żywność?

Modną ostatnio żywność light zawdzięczamy Amerykanom. Najpierw w Stanach popularność zdobyły hamburgery, potem zapanowała moda na produkty, które po tych przysmakach pozwoliłyby schudnąć. W Polsce żywność o obniżonej kaloryczności pojawiła się na początku lat 90.

Dziś w lekkiej wersji jest już niemal wszystko – czekolady, mleka, jogurty, pieczywo, a nawet piwa. Zdaniem dietetyków, produktami tymi od czasu do czasu można zastępować bardziej tuczące specjały. Jednak nie polecają stałego ich spożywania. Powodem jest m.in. to, że miewają one niższą wartość odżywczą niż tradycyjna żywność.

Zasadzka lekkości

Kiedy dbamy o sylwetkę lub chcemy zrzucić zbędne kilogramy, zwykle szukamy specjalnych dietetycznych wyrobów. Jednak wtedy bardzo uważnie trzeba czytać etykiety, by nie wpaść w pułapkę. Według europejskiego prawa wytwórca może nazwać swój produkt „light", czyli lekki, jeśli jego kaloryczność jest obniżona o co najmniej 30 proc. w porównaniu z pełną wersją. Producenci omijają jednak ten przepis, określając swoje artykuły „slim", „fit" albo „0 proc."

▶ **PRODUKTY LIGHT często bywają bardzo kaloryczne i zawierają dużo sztucznych dodatków polepszających smak, nadających kolor i odpowiednią konsystencję. Dlatego nie mogą one stanowić podstawy zdrowej diety.**

Masło lepsze niż margaryna?

Olej roślinny jest źródłem zdrowych wielonienasyconych kwasów tłuszczowych. Jednak choć w margarynie też one występują, to w procesach technologicznych, jakim jest poddawana, przekształcają się w izomery trans nienasyconych kwasów tłuszczowych. Te są szkodliwe. Szczególnie dużo jest ich w twardych margarynach, używanych do pieczenia. Margaryny do smarowania produkowane są inaczej, więc w swoim składzie mają znacznie mniej izomerów trans lub nie zawierają ich wcale.

Gdy w organizmie mamy niedobór kwasów omega-3, izomery trans wbudowują się w błony komórek i zaburzają ich działanie. Powodują również wzrost stężenia „złego" cholesterolu LDL i obniżenie „dobrego" HDL. W konsekwencji wzrasta ryzyko otyłości, cukrzycy 2 typu, miażdżycy, udarów mózgu i nowotworów.



FOT. ISTOCK.COM (5)

REKLAMA



Wreszcie coś mi pomogło!

... mówi pani Ludwika Nowacka po tym, jak po 7 dniach prawie całkowicie zniknęły trwające 15 lat cierpienia.

Nie do wiary, że męczyłam się tyle lat, a większość problemów zniknęła tak szybko mówi pani Ludwika Nowacka, po tym jak spróbowała naturalny preparat. Przyjaciółka poleciła mi proMyalgan, nowy preparat ziołowy. Spróbowałam, chociaż nie bardzo wierzyłam, że mi pomoże. Ale już po paru dniach odczułam wyraźną poprawę, zmniejszyły się dolegliwości i napięcie mięśni, powrócił sen. Poprawę zauważył również mój mąż. Odzyskałam humor i stałam się zupełnie inną osobą, gdy złe samopoczucie i ciągłe zmęczenie zniknęły.

Minęło wiele lat, zanim rozpoznano u mnie fibromialgię. Chodziłam od lekarza do lekarza, próbowałam różne leki oraz preparaty naturalne, niestety bez efektu. Najgorsze było to, że przez tyle lat nikt i nic nie potrafiło mi pomóc, ale teraz mam proMyalgan, cieszy się pani Ludwika Nowacka.

Fakty

*pro*Myalgan został opracowany na Uniwersytecie Irvine w Kalifornii. Zawiera on unikalny zestaw 6 ekstraktów roślinnych oraz tauryny, których spożycie jest szczególnie korzystne w fibromialgii. Poprawa samopoczucia często występuje już po paru dniach stosowania, nawet jeśli choroba trwała przez wiele lat.

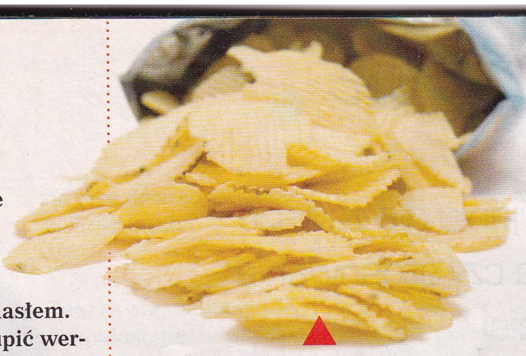
Promocja!

Osobom, które systematycznie przyjmują *pro*Mya zorganizowaliśmy promocję w wybranych aptekach. zakupie opakowania 120 tabletek, teraz w niższej promoc cenie otrzymają Państwo dodatkowo bezpłatnie *pro*Myalgan. Jeśli w Państwa aptece nie ma naszej promoc można ją u nas zamówić dzwoniąc pod tel: 22 550 60 3



Informacje: tel. 22 550 60 30, info@phytomedica.pl, www.phytomedica.pl

▶ LEKARZE odradzają jedzenie tzw. miksów, czyli mieszanek masła i margaryny. Są w nich utwardzone tłuszcze mleczny i roślinny. Lepiej więc chleb smarować masłem. W polskich sklepach można już kupić wersje wzbogacone kwasami omega -3 i -6 z oleju lnianego.



Chipsy wypiekane w piecu mają o 70 proc. mniej tłuszczu niż smażone.

Mleko bez tłuszczu w słoneczne dni

Dzięki odtłuszczeniu mleko staje się czterokrotnie mniej kaloryczne niż to „prosto od krowy". Jest jednak gorzej trawione. Najkorzystniejsze dla naszego organizmu jest to 1,5- i 2-procentowe. Są w nim witaminy A, D, E i K, które rozpuszczają się tylko w obecności tłuszczu. Gdy go nie ma, witaminy nie mogą prawidłowo funkcjonować, a to obniża m.in. przyswajanie przez organizm zawartego w mleku wapnia.

▶ PIJĄC TO ODTŁUSZCZONE, często narażamy się na osłabienie kości. Na mleko light można sobie pozwolić latem. Pod wpływem promieni UV w skórze powstanie wtedy duża ilość witaminy D, potrzebnej do przyswojenia wapnia.

Jogurt lepszy z tłuszczem

Tradycyjny jogurt zawiera mleko i bakterie. Ma także tłuszcz. Kiedy się odchudzamy, często wybieramy produkty, które mają go „0 proc." Tymczasem wiele takich produktów ma więcej cukru niż produkt z pełną zawartością tłuszczu. W efekcie po zjedzeniu odtłuszczonej przekąski szybko stajemy się głodni i zjadamy dodatkową porcję.

▶ NISKOKALORYCZNE JOGURTY zawierają często niezdrowe dla naszych naczyń krwionośnych mleko w proszku, które wpływa na wzrost stężenia cholesterolu we krwi. Dodaje się do nich też pektyny, skrobie, chemiczne zagęszczacze i polepszacze smaku. Zamiast mleka i bakterii mamy więc kilkanaście składników, które „tworzą" jogurt.

Chrupkie pieczywo bez minerałów

Sprasowane kromki mają wiele zalet: mają dwukrotnie mniej kalorii niż chleb pełnoziarnisty, a w każdym kawałku znajdują się dwa gramy błonnika.

Większość pieczywa chrupkiego wypiekana jest z mąki pszennej, żytniej lub mieszanek. Niestety, takie wypieki pozbawione są w dużej mierze witamin i składników mineralnych, z wyjątkiem sodu, którego zwartość często jest wysoka, a to wpływa na rozwój nadciśnienia tętniczego oraz zatrzymywanie wody w organizmie.

▶ CHRUPKI CHLEBEK może zastąpić tradycyjny np. w okresie, kiedy się odchudzamy, ale wtedy warto jeść więcej warzyw, by dostarczyć sobie brakujących witamin i minerałów.

Słodzik nie taki słodki

Substancje, które nadają słodki smak, stworzono m.in. dla diabetyków i otyłych. Dla nich ważne jest ograniczenie kalorii, a słodziki prawie ich nie mają. Choć stale podważa się jego bezpieczeństwo, to nie ma dowodów na szkodliwe działanie aspartamu. Aminokwasy, z których jest zbudowany, występują np. w mięsie, zbożach i produktach mlecznych. Jest on więc metabolizowany jak aminokwas a nie cukier. Metanol, który również wchodzi w skład aspartamu, jest wytwarzany w organizmie człowieka oraz występuje w wielu produktach – owocach i sokach warzywnych.

Substancja ta została uznana jako bezpieczna do szerokiego stosowania, także przez osoby chore na cukrzycę, kobiety ciężarne i karmiące oraz dzieci. Badania co do bezpieczeństwa stosowania aspartamu są potwierdzone przez ponad 90 krajów na świecie oraz przez organizacje WHO.

▶ JEDYNE NIEBEZPIECZEŃSTWO ze strony aspartamu dotyczy osób cierpiących na fenyloketonurię, które nie tolerują fenyloalaniny, będącej składnikiem tego słodzika.

Lekkie jasne nie tylko dla kierowców

Półlitrowy kufel jasnego piwa ma 245 kcal. Dlatego dla tych, którzy lubią ten smak, a nie mogą go pić lub dbają o sylwetkę, produkuje się tzw. piwo light. Za takie uważa się to, które ma zawartość ekstraktu poniżej 11 proc. Ma ono mniejszą zawartość alkoholu, a w związku z tym jest też mniej kaloryczne. Wartość energetyczna napoju jest o 50-90 kalorii mniejsza niż jasnego pełnego.

▶ CZĘŚĆ PIW, a szczególnie tych uważanych za „kobiece", jest dosładzana i pełna dodatków smakowych i konserwantów, które mogą wywoływać np. wzdęcia i ból głowy.



Napój groźny dla kości

Zwykła cola ma pięć kostek cukru w szklance. Oznacza to, że porcja tego napoju dostarcza 125 kalorii. Wypicie litrowej butelki to 500 dodatkowych kalorii, które odkładają się w postaci tkanki tłuszczowej. W coli typu light sacharozę zastąpiono słodzikiem aspartamem. Jest on 40 razy słodszy od cukru i właściwie nie dostarcza energii. Jednak taki napój wcale nie jest dla nas zdrowszy.

W coli jest kwas fosforowy, który zaburza gospodarkę wapniową, a to prowadzi do odwapnienia kości. Warto też pamiętać o tym, że napojów typu light słodzonych sztucznymi słodzikami nie można mieszać z alkoholem, bo szkodzi to wątrobie.

▶ STAN NASZEGO ZDROWIA w dużej mierze jest uzależniony jest od tego, co jemy. Warto więc bacznie studiować etykiety i zwracać uwagę na to, z czego składają się kupowane przez nas w sklepie wyroby. Odżywiając się wyłącznie różnego rodzaju „wynalazkami", z pewnością nie będziemy w dobrej formie.

JULIA WRZOSEK,
konsultacja Agata Lewandowska,
dietetyczka

Nasze codzienne menu powinno być oparte głównie na produktach roślinnych (ok. 80%).



Zgaga, pieczenie, kwaśne odbijanie nie zawsze wynikają z naszego łakomstwa czy stosowania ciężkostrawnej diety. Najczęściej są objawem refluksu żołądkowo-przełykowego, który nieleczony nasila się i uprzykrza nam życie.



Gdy przełyk *nie jest szczelny*

Z refluksem mamy do czynienia, gdy treść żołądka, zawierająca kwas solny, cofa się do przełyku, powodując podrażnienie i uszkodzenie jego błony śluzowej. Mamy wtedy uczucie pieczenia, kwaśne odbijanie. Niekiedy odczuwa się także krztuszenie, kaszel, pieczenie i ból w klatce piersiowej tak silny, że imituje bóle wieńcowe, a nawet zawałowe.

Niekiedy treść żołądkowa cofa się bardzo wysoko (dzieje się to zazwyczaj wtedy, gdy śpimy na płaskiej poduszce) i może dojść do zachłyśnięcia się nią, efektem czego może być zapalenie płuc.

Nie zawsze występuje też komplet tych dolegliwości. Wystarczy, że zgaga pojawia się częściej niż dwa razy w tygodniu – to już jest powód do zgłoszenia się do lekarza.

Leniwy zwieracz

Pomiędzy dolnym odcinkiem przełyku a żołądkiem znajduje się zwieracz, który jest rodzajem mięśniowej zastawki. Otwiera się on podczas przełykania pokarmu, przepuszczając go do żołądka. Następnie zamyka się, uniemożliwiając cofanie treści żołądkowej do przełyku.

Jeśli zwieracz jest zbyt słaby, następuje ulewanie się tej treści. Drażni ona przełyk, krtań i może prowadzić do stanów zapalnych śluzówki, wywołać nadżerki, które przekształcają się we wrzody. Czasami w dolnym odcinku przełyku narasta nieprawidłowy w tym miejscu nabłonek walcowaty i powstaje tzw. przełyk Barretta, będący zmianą przednowotworową. Jest zdradliwy, bo przestaje nas boleć, ale rośnie zagrożenie rakiem.

Podglądanie przełyku

Wprawdzie objawy refluksu są typowe, jednak trzeba wykonać specjalistyczne badania, aby przekonać się, czy nie doszło do powikłań. Rozstrzygające o chorobie

Jak sobie pomóc samemu

By osłabić objawy refluksu żołądkowo-przełykowego, warto przestrzegać kilku prostych zasad.

- Należy zmienić nawyki żywieniowe – jadać małe porcje, ale częściej i dokładnie przeżuwać każdy kęs.
- Unikać potraw tłustych, słodkich, pikantnych, smażonych.
- Do minimum ograniczyć picie alkoholu i kawy, które – podobnie do nikotyny – podrażniają śluzówkę żołądka i wzmagają produkcję soków trawiennych.
- Pić między posiłkami, a nie w ich trakcie.
- Ostatni posiłek spożywać, co najmniej 2-3 godziny przed pójściem spać.
- Po jedzeniu unikać schylania się, ciężkiej fizycznej pracy, gimnastyki.
- Przez 2-3 godziny po jedzeniu nie należy się kłaść. Jeśli już ktoś musi odpocząć na leżąco, najlepiej jeśli położy się na lewym boku i na nieco wyższej poduszce pod głową – przeciwdziała to cofaniu się treści żołądkowej do przełyku.
- Zrezygnować z noszenia ciasnych ubrań, pasków i pasów modelujących sylwetkę.

FOT. ISTOCKPHOTO.COM (1)

z apteki

GRYPORUTIN

Witamina C, czosnek, sok malinowy, rutyna i cynk w preparacie GrypoRutin zwiększają naturalną odporność.



Cena: ok. 12 zł (op. 60 tabletek)

BELISSA ANTI-RED

Pielęgnuje cerę naczynkową oraz wzmacnia włosy i paznokcie. Zawiera diosminę, rutozyd i hesperydynę.



Cena: ok. 23 zł (op. 50 tabletek, 50 dni kuracji)

RUTINACEA MAX – 2 X SILNIEJSZA POMOC OD ZARAZ

Dwa razy mocniejszy skład, dwa razy silniejsze działanie i dwa razy dłuższy efekt. Rutinacea max podnosi odporność natychmiast.



Cena: ok. 7 zł (op. 45 tabletek + 15 gratis)

MELATONINA LEK-AM NA DOBRY SEN I RZEŚKI PORANEK!

Ułatwia zasypianie, poprawia komfort snu, jak również zmniejsza ilość nocnych wybudzeń. Stosowana systematycznie reguluje zaburzenia snu, poprawia jego długość i jakość.



5 mg – 30 tabletek w cenie ok. 29 zł

Co sprzyja powstawaniu refluksu?

- wrodzona wada zwieracza przełyku;
- przepuklina rozworu przełykowego;
- otyłość;
- ciąża;
- zaparcia;
- cukrzyca;
- picie w większych ilościach kawy, alkoholu i herbatki miętowej;
- palenie papierosów;
- jedzenie tłustych, smażonych i ostro przyprawionych potraw oraz czekolady;
- intensywne ćwiczenia mięśni brzucha.

są dwa podstawowe badania: ● **gastroskopia**, która polega na wprowadzeniu do przełyku i żołądka cienkiej, giętkiej rurki zakończonej kamerą. Gastroenterolog sprawdza, czy nie ma stanu zapalnego przełyku, nadżerek, owrzodzeń, zwężeń, przełyku Barretta lub przepukliny rozworu przełykowego, oraz ● **całodobowa pH-metria**. Przez nos (w miejscowym znieczuleniu) wprowadza się do przełyku cienką sondę na 24 godziny. Chory może w tym czasie jeść, pić, a aparat odnotowuje m.in., czy i jak często jest zarzucana treść żołądkowa, jak długo trwają owe epizody, czy występują tylko nocą.

Najpierw leki

Większość chorych leczy się zachowawczo za pomocą odpowiednich leków. Najprościej byłoby przyjmować leki zwiększające napięcie zwieracza. I są takie preparaty, ale rzadko stosowane, gdyż mogą wchodzić w niebezpieczne związki z innymi lekami przyjmowanymi przez pacjenta.

Dlatego skuteczne i bezpieczne jest podawanie choremu leków blokujących nadmierne wydzielanie kwasów żołądkowych.

Czasem operacja

Zdarza się, że leczenie farmakologiczne nie daje oczekiwanych rezultatów.

– *Przyjmujemy, że jeśli przeprowadzona dwa razy w roku farmakoterapia nie sprawdza się, potrzebna jest operacja* – mówi prof. Wiesław Tarnowski, chirurg ze Szpitala Klinicznego im. W. Orłowskiego w Warszawie.

Obecnie refluks operuje się metodą laparoskopową, bez dużego cięcia na brzuchu. Przez 1-2-centymetrowe nacięcia wprowadza się do jamy brzusznej laparoskop z kamerą i narzędzia chirurgiczne. Zadaniem chirurga jest przywrócenie zwieraczowi takiej sprawności, aby mógł się zaciskać z odpowiednią siłą.

To jest operacja nietypowa, gdyż choremu niczego się nie wycina. Zwieracz naprawia się, używając do tego dna żołądka. Jego fragment owija się wokół dolnego odcinka przełyku, nakładając jakby mufkę uszczelniającą. Cała sztuka polega na tym, aby owa mufka nie była zbyt ścisła, bo wówczas chory nie będzie mógł przełykać. Jeśli zaś będzie zbyt luźna, to dolegliwości pacjenta nie ustąpią.

Efekty operacji są w 90 proc. bardzo dobre, a dolegliwości nie wracają. Przez pewien czas po operacji chory musi stosować lekkostrawną dietę, a potem może o chorobie zwyczajnie zapomnieć.

BEATA BOCHNIEWSKA

SEPTIMAX

Tabletki do ssania Septimax łagodzą podrażnienia gardła oraz wspomagają jego naturalną odporność dzięki zawartym w nich bazylii i cynku.



Cena: ok. 12 zł (op. 50 tabl.)

ARTROBON

To połączenie siarczanu glukozaminy i korzenia hakorośli. Oba te składniki znakomicie sprawdzają się przy zwyrodnieniu stawów i kręgosłupa oraz w bólach kostno-stawowych.



Cena: ok. 29 zł/60 kaps.

REKLAMA

Swobodne oddychanie przez całą noc



Aromactiv
udrażnia "zapchany nos"

Plastry Aromactiv to jedyny produkt na rynku zawierający olejki eteryczne, który:

działa przez 8 godzin
dzięki kontrolowanemu uwalnianiu olejków eterycznych, zarówno w dzień jak i w nocy

jest bezpieczny dla dzieci już od 3. roku życia
plastry przyklejamy na ubranko, tak by nie było kontaktu ze skórą



działanie potwierdzone badaniami

również jako żel i sztyft

Żegnaj, smoku!





Smoczek uspokaja i pomaga dziecku zasnąć. Jeżeli jednak używany jest zbyt długo, może przynieść maluchowi więcej szkód niż pożytku – np. wady zgryzu, a w późniejszym okresie kłopoty z wymową.

Są maluchy, które w pewnym momencie życia same rezygnują ze smoka i picia z butelki. Nie każdy rodzic jednak ma takie szczęście i musi sam stanowczo obwieścić dziecku, że przyszła pora na rozstanie. Sprawdź, jak zrobić to w miarę bezboleśnie.

Ssaki lubią ssać

Dziecko przychodzi na świat z silnym odruchem ssania – bo tak wyposażyła je natura. Większą część czasu spędza śpiąc lub przytulając się do piersi mamy. Ssanie to dla niego nie tylko sposób odżywiania, ale i przyjemność oraz zaspokajanie podstawowej potrzeby bezpieczeństwa, ciepła, bliskości. Nic nie ukoi malca lepiej, gdy płacze lub jest zdenerowany czy zmęczony. Niektórym maluchom nie wystarcza ssanie piersi podczas karmienia – wtedy problem rozwiązuje smoczek. Uspokaja, pomaga zasnąć. Dlatego tak ciężko się z nim rozstać. Rozstanie z butelką może być zaś równie trudne, jak odstawienie malca od piersi.

Dlaczego trzeba się rozstać?

Jeśli dziecko ssie smoczek lub pije z butelki zbyt długo, to istnieje niebezpieczeństwo pojawienia się wad zgryzu – np. zbytniego wysunięcia do przodu górnych jedynek i dwójek, cofnięcia dolnej szczęki, powstania szpary między zębami dolnymi i górnymi, co może nawet utrudniać gryzienie. Na niekorzystny wpływ częstego używania smoczka wskazują także psychologowie. Maluch później zaczyna mówić, może mieć też kłopoty z wymową, ma mniejszą ochotę na porozumiewanie się z otoczeniem. Niepokojące jest też, gdy ssanie jest dla niego jedynym sposobem radzenia sobie z napięciem czy stresem, trudnymi emocjami. Może się od smoczka... uzależnić.

Kiedy odzwyczajasz dziecko od smoczka, bądź cierpliwa i okaż maluchowi dużo czułości.

Warto więc wybrać dobry moment i odzwyczaić dziecko.

Najlepszy moment

Pierwsza podstawowa zasada: nie odzwyczajaj dziecka jednocześnie od butelki ze smoczkiem i smoczka. Zarówno w jednym jak i drugim przypadku okazuj maluchowi więcej ciepła, czułości, częściej przytulaj. To dla niego ciężki czas – duża zmiana. Maluch potrzebuje wsparcia.

Potrzeba ssania jest najsilniejsza pomiędzy drugim a czwartym miesiącem życia dziecka, potem słabnie.

Od smoczka warto więc odzwyczajać, gdy maluch ma ok. pół roku, bo wtedy dynamicznie się rozwija, inne rzeczy absorbują jego uwagę. To także moment, gdy zaczynają pojawiać się pierwsze mleczne zęby. Idealnie byłoby rozstać się ze smokiem, nim wyrosną wszystkie, bo zapobiegniemy wadom zgryzu.

Drugi dobry moment nadchodzi, gdy dziecko ma ok. 1,5 – 2 lata. Potrafi wtedy znacznie lepiej radzić sobie z emocjami, czuje się samodzielne i niezależne i często – manifestując to – samo rezygnuje ze smoka. Jeśli nie, można mu troszkę pomóc, wykorzystać ten czas i powtarzać dziecku: „Smok to gadżet dla maluchów, a ty już jesteś taki duży/duża!"

Metody

SMOCZEK: Odpada zanurzanie go w musztardzie czy pieprzu – te metody odchodzą do lamusa. Dziecko może odbierać je jako karę. Nie zabieraj maluchowi smoczka także w sytuacji stresowej (w żłobku, przy zmianie miejsca pobytu lub gdy właśnie urodziło mu się młodsze rodzeństwo). Najlepiej robić to stopniowo. Nie bierz smoka na spacer, używaj go tylko do zasypiania. Odwracaj uwagę dziecka, zajmij czymś innym jego rączki, np. układajcie klocki. Z czasem nie zauważy, że jego „pocieszyciel" zniknął...

BUTELKA: Zamiast butelki warto podawać dziecku picie w bidonie lub tzw. kubku niekapku – to kubeczek z przykrywką i ustnikiem skonstruowany tak, że nawet po odwróceniu go do góry dnem płyn się nie wyleje. Możecie wspólnie kupić jakiś fajny model: z dzióbkiem, z rurką, zwykły, z jednym uchwytem lub z dwoma. Oswajaj malucha z kubkiem – dajcie wspólnie pić misiom, pobawcie się kubkiem w kąpieli. Kiedy maluch umie już pić płyny z kubka, powoli rezygnuj z kolejnych karmień butelką. Nie wolno jednak używać go zbyt długo, bo może spowodować problemy logopedyczne.



Jeśli chodzi o butelkę – zdaniem pediatrów najlepszy wiek na rozstanie to 12.-13. miesiąc życia. Roczne dziecko jest bardziej ugodowe, lubi sprawiać przyjemność rodzicom i współpracować z nimi. Lepiej znosi zmiany i nowości niż starsze dziecko. Znacznie łatwiej też odwrócić jego uwagę.

Książeczki edukacyjne

Możesz poczytać malcowi bajki, których bohaterowie rozstają się ze smoczkiem – np. z serii „Świat Małej Księżniczki: Gdzie jest mój smoczek?", o tym jak królewski smoczek znika w tajemniczych okolicznościach. Dziecko zobaczy, że z problemem można sobie spokojnie poradzić.

|IDA

REKLAMA



Valerin forte, jedna tabletka drażowana zawiera 200 mg wyciągu suchego z korzenia kozłka lekarskiego.
Wskazania: łagodne stany napięcia nerwowego i niepokoju, trudności w zasypianiu. Przeciwwskazania: nadwrażliwość na którykolwiek składnik leku. Podmiot odpowiedzialny: Aflofarm Fabryka Leków Sp z o.o.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

Ten kłopotliwy trzeci migdałek

Do niedawna zabieg usunięcia migdałków przeprowadzany był często. Dzisiaj decyzje takie podejmuje się znacznie ostrożniej. Z jednym wyjątkiem.

Niepokojące objawy

Pewne objawy mogą świadczyć o tym, że dziecko ma przerośnięty trzeci migdał. Na co powinniśmy zwrócić uwagę?

- ✔ Oddychanie wyłącznie ustami;
- ✔ Brak apetytu;
- ✔ Niespokojny sen (dziecko zrywa się w nocy, krzyczy, chrapie);
- ✔ Gorszy słuch;
- ✔ Rozkojarzenie, trudności z koncentracją;
- ✔ Częste przeziębienia i anginy;
- ✔ Słabszy rozwój psychoruchowy;
- ✔ Niższy w stosunku do rówieśników wzrost;
- ✔ Częste infekcje uszu.

W pierwszych latach życia migdałki są dość duże. Z czasem zmniejszają się. U dziesięciolatka trzeci z nich powinien być niemal niewidoczny. Swoim wyglądem przypomina on płaską poduszeczkę, usytuowaną w górnej części gardła.

W normalnych warunkach migdałki stanowią pierwszą linię walki z wdychanymi z powietrzem drobnoustrojami chorobotwórczymi i nie dopuszczają do zejścia zakażenia niżej – na oskrzela i płuca. Jednak częste infekcje górnych dróg oddechowych powodują przerost migdałków i ich włóknienie.



W efekcie stają się duże i – mimo powiększenia – zużyte i niewydolne. Nie chronią już przed infekcjami, a dostarczają tylko różnych problemów.

Przykre konsekwencje

Dziecko z przerostem migdałka gardłowego ma dość charakterystyczny wyraz twarzy, tak zwaną twarz adenoidalną: usta są stale uchylone, a podniebienie wysoko wysklepione. Dodatkowo jest zbyt niskie jak na swój wiek, ma niewielkie opóźnienie rozwojowe (stąd niekiedy pojawiają się problemy w nauce) i bardziej płaską niż u rówieśników klatkę piersiową.

Ogromnym problemem są rozwijające się wtórnie na skutek przerostu trzeciego migdałka ciężkie i skomplikowane wady, związane ze zniekształceniem szczęki oraz podniebienia.

Odroczone skutki

Przerost trzeciego migdałka, spowodowany zwykle nawracającymi zapaleniami gardła, dotyczy najczęściej dzieci między 1. a 5. rokiem życia. Między 6. a 12. rokiem przerost może być już tak duży, że niemal całkowicie blokuje oddychanie nosem. Wtedy malec oddycha wyłącznie półotwartymi ustami. Zatkanie przez przerośnięty migdałek ujścia zatok i trąbek słuchowych (kanały łączące gardło z uchem środkowym) oraz nieefektywne oddychanie skutkuje częstymi zapaleniami zatok i uszu, a nawet odpowiada za niewielkie ciągłe niedotlenienie organizmu.

Przerost trzeciego migdałka może też dawać objawy chorobowe, zdawałoby się, tak odległe jak jąkanie się, astma oskrzelowa czy… moczenie nocne. By nie dopuścić do takich powikłań, lekarze zalecają leczenie operacyjne, czyli jego wycięcie.

Operacja ratunkowa

Tylko wczesna interwencja laryngologiczna może ustrzec dziecko przed chorobami uszu, dróg oddechowych czy wadami zgryzu. Zabieg wykonuje się między 3. a 10. rokiem życia (przy bardzo dużym przeroście – nawet u niemowląt). Przeciwwskazaniem do zabiegu są ostre stany zapalne nosa i gardła, hemofilia oraz białaczka. Zabieg, tzw. adenotomia, trwa kilka minut i jest wykonywany w krótkim znieczuleniu ogólnym.

Przez pierwsze dwa dni po operacji należy podawać dziecku wyłącznie chłodne płyny, a przez kilka następnych – letnie papkowate pokarmy. Mały pacjent przez kilka dni nie może bawić się np. ziemią ani piaskiem, bo musi mieć czyste ręce! Dziecko musi być pod stałą kontrolą laryngologiczną. Niekiedy jednak trzeci migdałek odrasta i wtedy po 1-2 latach trzeba znowu operować.

BEATA BOCHNIEWSKA

FOT.: ISTOCKPHOTO.COM (2)

Kropka tv



Jak różnić się pięknie

„Umiemy się tylko kłócić albo kochać – tak Cyprian Kamil Norwid pisał o Polakach. Czy jednak mimo odmiennych zdań można żyć w zgodzie i harmonii?

Współczesna psychologia dostrzega dwa główne style komunikacji międzyludzkiej: partnerski i niepartnerski, a który z nich wybieramy, najbardziej świadczy o nas samych.

Jeśli wybieramy ten pierwszy – oznacza to, że własne oczekiwania są dla nas równie ważne, jak potrzeby rozmówcy. Zapewniając drugiej stronie przestrzeń do zaprezentowania swoich racji, okazujemy jej szacunek i gwarancję, że jej potrzeby mogą być zrealizowane. Nie narzucamy wtedy swojego punktu widzenia, nie nakłaniamy rozmówcy do zmiany poglądów, nie radzimy ani nie nakazujemy. Wypowiadamy zdanie po to, aby dostrzegał on różne możliwości, a nie po to, aby wymusić na nim odstąpienie od swojego zdania.

Ktoś, kto komunikuje się w sposób partnerski, potrafi słuchać z uwagą, nie przerywa, stara się, aby wypowiedzi były jasne i zrozumiałe. Partnerska rozmowa rozpoczyna się i kończy za zgodą obu stron. Nawet jeśli nie zgadzamy się ze sobą, potrafimy zakończyć dyskusję bez urazy.

Zdaniem Marii Król-Fijewskiej, psychologa i trenera, współzałożyciela warszawskiego Ośrodka Pomocy i Edukacji Psychologicznej INTRA, wciąż dominuje u nas jednak niepartnerski, agresywny ton komunikowania się. Ten wzorzec – według psychologów – wybierają osoby lub grupy o silnie zaznaczonej hierarchii władzy. Mają one ściśle określone i stałe miejsce oraz związane z tym przywileje i powinności. Wyniki badań psychologicznych wskazują na to, że u osób, które wybierają taki styl komunikowania się, bardzo często motywacją działania są osobiste korzyści: zachowanie władzy, uznania, potwierdzenie własnych możliwości, ale także zdobycie pieniędzy.

Styl komunikowania się to na szczęście umiejętność nabyta i można go zmienić. Wybór sposobu przedstawiania swoich racji wynika bowiem z naszej postawy wobec świata i innych ludzi.

Jeśli ważny dla nas jest szacunek dla drugiej osoby, to nie sprawi nam trudności przyswojenie sobie otwartego i szczerego sposobu mówienia, a także prowadzenia sporów bez ranienia, obrażania i inwektyw. |SKO

PAMIĘTAJ!

JEŚLI CHCESZ być odbierany jako osoba otwarta, podczas rozmowy: **UNIKAJ WRAŻEŃ, PRZYPUSZCZEŃ.** Opieraj się na faktach.
SPRÓBUJ ZNALEŹĆ płaszczyznę porozumienia z rozmówcą, koncentruj się na rozwiązaniach problemu.
STARAJ SIĘ nie używać takich sformułowań jak: „ty zawsze", „ja nigdy". Nie generalizuj.
NIE OCENIAJ rozmówcy jako osoby.
PAMIĘTAJ O MOWIE CIAŁA!
PANUJ NAD MIMIKĄ, zachowuj kontakt wzrokowy z rozmówcą.
NIE POWOŁUJ SIĘ na opinie osób nieobecnych.
SZANUJ GODNOŚĆ drugiego człowieka – nie obrażaj go, nie używaj przekleństw i nie krzycz dla rozładowania gniewu.
SZANUJ ROZMÓWCĘ – poszanowanie problemów drugiego człowieka jest niezwykle ważne – dlatego nie wolno ich bagatelizować. Lekceważąca postawa tylko może pogorszyć sprawę.

Partnerska rozmowa zawsze kończy się za zgodą obu stron.

FOT. ISTOCKPHOTO.COM (2)



Pojawia się na powierzchniach mających częsty kontakt z wodą, zwłaszcza twardą. A bez odpowiednich środków trudno go usunąć.

Kropka tv
ARMATURA DOMOWA
Cena: 49,99 zł/szt.
(oferta obowiązuje w sklepach Biedronka od 25.11)

Precz z kamieniem

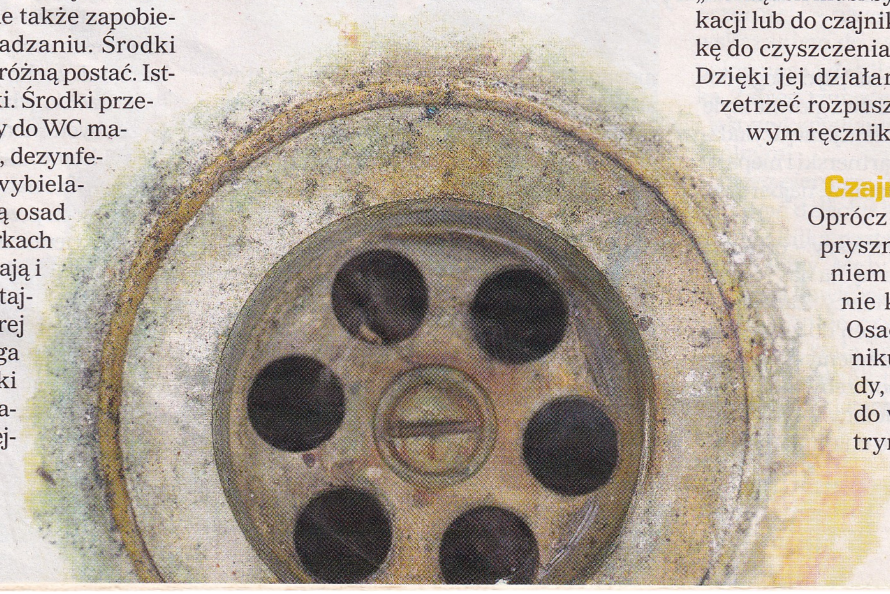
Wygląd kuchni i łazienki świadczy o właścicielu domu. Dlatego warto zadbać o czystość tych pomieszczeń. I o ile mycie podłóg i utrzmanie porządku na półkach i w szafkach nie stanowi problemu, o tyle zapewnienie połysku bateriom, zlewom czy kafelkom wymaga sporej pracy. W walce z kamiennym osadem pomogą nowoczesne i tradycyjne preparaty do usuwania kamienia i rdzy.

Preparaty ze sklepu

Nowoczesne środki czyszczące nie tylko szybko likwidują kamień bez rysowania delikatnej powierzchni, ale także zapobiegają jego ponownemu osadzaniu. Środki przeciw kamieniowi mają różną postać. Istnieją mleczka, żele i pianki. Środki przeciw kamieniowi oraz płyny do WC mają właściwości czyszczące, dezynfekujące i często również wybielające. Preparaty te usuwają osad nagromadzony w zakamarkach toalet, skutecznie odświeżają i likwidują bakterie. Pamiętajmy jednak, że chemia, której używamy w domu, nie ulega anihilacji. Wszystkie środki w końcu trafiają do kanalizacji i dalej do rzek, a ich mniejsza lub większa toksyczność nie pozostanie bez wpływu na środowisko. Dlatego nie stosujmy tych preparatów rutynowo, a jedynie w przypadku naprawdę ciężko usuwalnych zabrudzeń i osadów.

Domowymi sposobami

By usunąć osad z chromowanych baterii, nie trzeba od razu sięgać po preparaty ze sklepu. Istnieją bowiem sprawdzone sposoby naszych matek i babć, które nie mniej skutecznie pomagają w walce z osadem i kamieniem. Baterie można np. natrzeć kilkakrotnie sokiem z cytryny. Innym naturalnym środkiem do usuwania kamienia jest ocet. Chcąc usunąć otoczki z zaschniętego kamienia wokół kranów, należy nasączyć octem waciki i obłożyć nimi zabrudzone powierzchnie na noc. Kim Woodburn i Aggie MacKenzie w książce „Porządek musi być" proponują, by do ubikacji lub do czajnika wrzucić na noc tabletkę do czyszczenia protez dentystycznych. Dzięki jej działaniu rano będzie można zetrzeć rozpuszczony kamień papierowym ręcznikiem!



Czajnik bez kamienia

Oprócz zlewów, umywalek czy prysznica, kolejnym urządzeniem narażonym na działanie kamienia jest czajnik. Osad, który powstaje w wyniku gotowania twardej wody, można usunąć, dodając do wody octu i kwasku cytrynowego.

FOT.: ISTOCKPHOTO.COM (2)

Biedronka
Dobre życie





Śniadanie na dzień dobry!

Biedronka dba o prawidłowe żywienie i edukację zdrowotną dzieci. Aby wspierać ich prawidłowy rozwój, razem utworzyliśmy **Partnerstwo dla Zdrowia** - koalicję firm Biedronka, Danone, Lubella oraz Instytutu Matki i Dziecka. Wspólnie opracowana pożywna kaszka **Mleczny Start** pomaga najmłodszym dobrze zacząć dzień.

Mleczny Start to **pierwszy w Polsce produkt z misją**. Zapewnia wysoką jakość odżywczą w niskiej cenie. Jedna porcja zaspokaja do 25 proc. dziennego zapotrzebowania na cenne składniki odżywcze: wapń, witaminy D, C i E oraz cynk, żelazo i magnez.

W ramach programu **„Mleczny Start wspiera Super Mamy"** pomagamy wszystkim mamom dbać o codzienną, zdrową dietę swoich pociech. Przypominamy, jak duże znaczenie ma pożywne śniadanie każdego dnia. Więcej informacji na www.mlecznystart.pl.

Dbajmy razem o rozwój naszych dzieci!

• PARTNERSTWO DLA ZDROWIA •

Instytut Matki i Dziecka | DANONE | Biedronka | Lubella

Biedronka, największa w Polsce sieć sklepów detalicznych, stale rozwija programy odpowiedzialnego biznesu dla swoich pracowników, społeczeństwa i środowiska.

Biedronka
Codziennie niskie ceny

Przedświąteczne porządki

Choć do świąt jeszcze miesiąc, warto już teraz zabrać się do pracy. Wiele rzeczy można zrobić wcześniej, tak by przed Wigilią zostało tylko dekorowanie domu.



KROK 1 Przygotuj plan

Jeśli co roku na myśl o sprzątaniu cierpnie ci skóra, zacznij działać. Nie zostawiaj go na ostatnią chwilę, bo nie wróży to nic dobrego. Do wigilijnego stołu zasiądziesz zmęczona i zła! Będziesz też mieć mniej czasu na przygotowanie świątecznych potraw i smakołyków. Porządki zajmują mnóstwo czasu, trzeba w nie włożyć wiele wysiłku i energii. Raz do roku warto jednak wypucować mieszkanie na błysk. Będzie czyste i zapachnie świeżością. Przygotuj więc listę zadań: co warto zrobić dzień po dniu. Spisz sobie na kartce wszystkie przedmioty czy miejsca w domu w takiej kolejności:

- co wymaga wymiany (np. kosz na bieliznę w łazience nie wygląda najlepiej i psuje wygląd pomieszczenia, przydałby się nowy),
- do gruntownego szorowania i prania (np. dywan ma plamy – nie wystarczy samo odkurzanie, szafki kuchenne lepią się od tłustego osadu),
- a co wymaga tylko odświeżenia (np. ceramika łazienkowa).

KROK 2 Kup środki czystości

Z przygotowaną listą wybierz się do sklepu i kup odpowiednie środki: produkty, które poradzą sobie z brudem, oraz wszelkiego rodzaju ściereczki, szczotki i mopy. Przydadzą się również duże, mocne worki na śmieci. Myśl o konkretnych rzeczach i pomieszczeniach, które chcesz wysprzątać.

DO KUCHNI: przyda się specjalny płyn lub ściereczki, które usuną z mebli i sprzętów lepki tłuszcz pomieszany z kurzem – zmorę każdej gospodyni, płyn do glazury i terakoty.

DO POKOJU: koniecznie płyny do mycia szyb i podłóg (np. drewna). Warto kupić też mleczko do pielęgnacji mebli – najlepsze na bazie emulsji silikonowo-woskowej, które nadaje połysk i sprawia, że wolniej osadza się na nich kurz.

DO ŁAZIENKI: warto zaopatrzyć się w środek do usuwania kamienia z powierzchni ceramicznych i chromowanych lub plastikowych oraz ściereczki antybakteryjne, żele do wc, płyn do szorowania glazury.

Oprócz tego proszek do prania i odplamiacze, bo w ciągu całego roku różne rzeczy mogły się wydarzyć. Ktoś na imieninach wylał wino na kanapę, dziecko poplamiło czymś tłustym narzutę...

KROK 3 Usuń rupiecie

Zanim zabierzesz się za pucowanie, pozbądź się z domu wszystkich niepotrzebnych gratów, które dziwnym trafem udało ci się zgroma-

PAMIĘTAJ!

Żeby przed wielkim przedświątecznym sprzątaniem wszystko dokładnie zaplanować. Sprawdź, czy masz wszelkie niezbędne środki chemiczne, ścierki i inne potrzebne „narzędzia".





FOT.: STOCKPHOTO.COM (3)

dzić przez cały rok! Nie da się dobrze posprzątać domu pełnego rupieci. Zacznij od szaf, szuflad, mebli kuchennych i garderoby. To pracochłonne, ale warte wysiłku. Poproś o pomoc rodzinę. Pozbędziesz się zupełnie niepotrzebnych przedmiotów, zajmujących tylko miejsce: są nimi stare ubrania, torebki i buty, stosy papierów, gazet, folderów reklamowych, kolorowe torebki i drobiazgi, które „może kiedyś się na coś przydadzą". Co z nimi zrobić? Oddaj, wyrzuć, ostatecznie schowaj w piwnicy.

Takie odgracanie domu przyda się także w pokoju dziecięcym. Miej na uwadze fakt, że Święty Mikołaj na pewno przyniesie pociechom jakieś prezenty, więc trzeba zrobić na nie miejsce! Warto posegregować zabawki i wyrzucić te, które już nie nadają się do zabawy, bo dziecko np. wyrosło. Ulubione przytulanki trzeba wyprać. To siedlisko kurzu!



KROK 4
Zrób wielkie pranie

Wszelkie dywany, chodniki, narzuty i powłoczki poduszek warto uprać. To samo dotyczy obrusów, serwet, kocy, zasłon i firan. To gadżety, na których zbiera się kurz. Może w listopadzie uda ci się wykorzystać w tym celu słoneczny pogodny dzień. Jeżeli nie jesteś w stanie wyprać czegoś sama, zanieś to do pralni. Pamiętaj, że trzeba to zrobić odpowiednio wcześnie, tuż przed świętami osiedlowe pralnie przeżywają prawdziwe oblężenie. A co, jeśli nie uda ci się odebrać ulubionego dywanu na czas i święta spędzicie przy gołej podłodze?

KROK 5
Wietrz i odkurzaj

Mało kto robi to systematycznie, a przez rok za meblami, szafkami i kanapą czy łóżkiem zgromadziły się tony kurzu i śmieci. Warto odsunąć wszystkie meble i usunąć brudy. Komody, fotele, stoliki czy kanapy możesz przesunąć sama, ale już o przesunięcie szafy czy łóżka lepiej poprosić męża czy syna. Omieć pajęczyny z sufitu, zetrzyj kurz, zarówno ze ścian jak i z mebli. Wyczyść dokładnie kratki wentylacyjne i wywietrz dobrze mieszkanie, otwierając okna i balkon na ok. godzinę.

Odkurzania wymagają także rośliny. Najlepiej włożyć je wszystkie do wanny i zafundować im delikatny chłodny prysznic, a potem zostawić do momentu, aż woda ocieknie. Te o dużych liściach przetrzyj zwilżoną, czystą ściereczką. Zobaczysz, że po takich zabiegach powietrze w całym domu zmieni się!

KROK 6
Kuchnia, czyli misja specjalna

Będziesz tu spędzać mnóstwo czasu, przygotowując świąteczne specjały. W idealnym porządku lepiej się gotuje, będziesz mieć lepszą organizację pracy. Zacznij od szafek z żywnością. Wyrzuć wszystkie przeterminowane produkty, wymieć okruszki i resztki rozsypanych produktów. Sypkie produkty takie kasza, mąka, ryż warto przechowywać w specjalnych pojemikach. Jeśli brakuje ci miejsca, możesz wynieść do piwnicy rzadko używane garnki, gofrownicę, toster. Uprzątnij blat szafek, zostaw tam tylko najpotrzebniejsze rzeczy. Potem warto pomyśleć o umyciu szafek, piekarnika i – najważniejsze – wyczyszczeniu lodówki. Przyda ci się specjalny higieniczny spray do czyszczenia lodówek, który likwiduje nieprzyjemny zapach, usuwa brud, zacieki, a także niewidoczne gołym okiem bakterie.



KROK 7
Umyj okna i wypucuj łazienkę

Zostaw sobie to na koniec. Warto umyć szyby i ramy najpierw wodą z płynem, np. do naczyń, a dopiero potem spryskać płynem do mycia okien i wytrzeć miękkim papierem lub ściereczką. Czyszczenie łazienki można spokojnie zostawić sobie na ostatnie dni przed świętami. Wcześniej można jedynie przetrzeć ceramikę i armaturę środkiem do usuwania kamienia, bo poprzez częsty kontakt z wodą pokrywają się brzydkim wapiennym nalotem.



A na koniec...

Udekoruj dom: przyda się piękna rozłożysta jemioła; uroku dodają też świetliste ozdoby: kolorowe girlandy, kule, brokatowe szyszki, różnego rodzaju stroiki. Nie zapomnij o popularnej roślinie – poinsencji, czyli gwieździe betlejemskiej: nic tak jak ona nie wprowadza świątecznego klimatu...

REKLAMA

SUPER OFERTA!!

Markowe produkty
3 + 1 gratis,
które zapewnią czystość
w Twoim domu.



Kup Paczkę Sprzątającą,
dodatkowo weź udział w konkursie
i wygraj weekend w SPA*!!
www.prontosprzata.pl

SC Johnson
A FAMILY COMPAN
UNE ENTREPRISE FAMILIAL

* konkurs trwa do 05.12.2010



Malowniczy Reszel

Zamków, szczególnie krzyżackich, na Warmii i Mazurach nie brakuje. W Reszlu, małym malowniczym mieście z pięknym rynkiem, znajdziemy zamek biskupów warmińskich, a kilka kilometrów dalej, w Świętej Lipce, mieści się sanktuarium maryjne.

Krętymi drogami ze szpalerami drzew, wśród bajecznych kolorów jesieni warmińskich lasów oraz przepięknych małych jezior, między pagórkami, można dotrzeć do miasteczka, które wita turystów pięknymi zabytkami i niezwykłym spokojem życia mieszkańców. To Reszel, prawdziwa perełka.

Zabytkowa twierdza dziś pełni funkcję hotelu.

Zamkowa czarownica

Ciekawostką jest przypadek spalenia na stosie Barbary Zdunk, okrzykniętej czarownicą. W roku 1807 na zamku w Reszlu miał miejsce pożar. Kobieta została oskarżona o jego spowodowanie. Sąd w Królewcu zatwierdził wyrok w 1811 roku, a godne uwagi jest to, że był to ostatni w Europie przypadek spalenia „wiedźmy" na stosie. Tuż przed egzekucją kat udusił ofiarę i tym samym oszczędził jej cierpień.

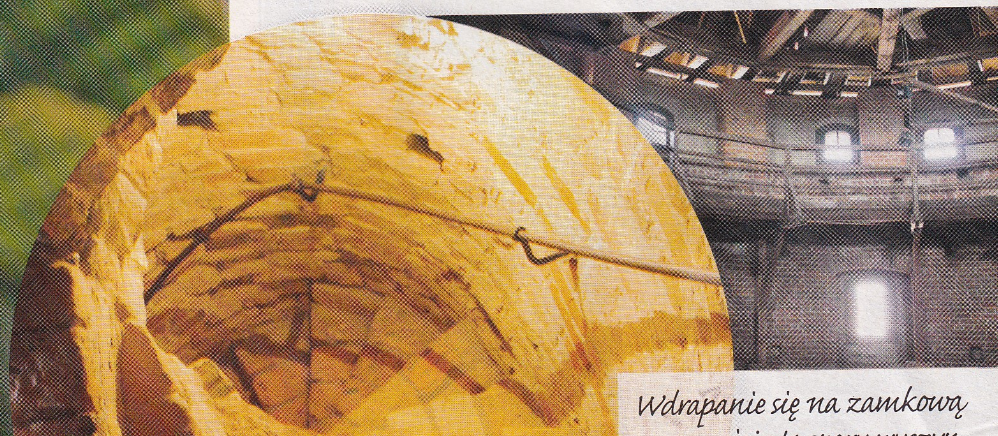
Turyści zachwyceni są tym miasteczkiem. Nad zabudowaniami góruje majestatycznie prawie 700-letni zamek. W swoich dziejach bywał twierdzą, myśliwską rezydencją biskupów warmińskich, a w czasach pruskich znajdowało się w nim również więzienie. Obecnie jest tutaj hotel, restauracja, a w prawej części zabudowy galeria, na miejscu dawnej kaplicy ewangelickiej. Na plenery przyjeżdża tutaj wielu malarzy, m.in. tworzył tu swe dzieła Franciszek Starowieyski.

Na zamkowym dziedzińcu znajduje się studnia, a po krętych schodach można wejść na wieżę. Stamtąd, przez małe okna, rozciąga się przepiękna panorama miasteczka i okolic. W pełnej krasie ukazuje nam się kościół farny pw. św. Piotra i Pawła, z monumentalną 52-metrową wieżą, zabytkowe ka-

FOT.: ROBERT SWACZYŃSKI (3), POLSKA ORGANIZACJA TURYSTYCZNA (1)

INFO

Miasto: Reszel
Województwo: warmińsko-mazurskie
Powiat: kętrzyński
Gmina: Reszel
Założone: 1241 r.
Prawa miejskie nadano: 1337 r.
Powierzchnia: 3,82 km^2
Ludność: 4960 mieszkańców
Gęstość zaludnienia: 1298 osób/km^2
Internet: www.reszel.pl



Wdrapanie się na zamkową wieżę to spory wyczyn.



Barokowe sanktuarium w Świętej Lipce przyciąga rzesze wiernych.

mieniczki oraz odnowiony ratusz miejski.

Przechadzając się uliczkami, możemy odnaleźć wiele cennych zabytków. Między zamkiem a kościołem znajduje się, niszczejąca obecnie, ale niezwykle ciekawa, pochodząca z 1444 r. barokowa plebania. Przy ratuszu natomiast zrekonstruowano średniowieczną studnię wodociągową, nieopodal, schowany trochę za kamieniczkami wznosi się XVIII-wieczny spichlerz. A w pobliżu fasadą i piękną architekturą zaprasza turystów cerkiew grecko-katolicka pw. Przemienienia Pańskiego, a w jej sąsiedztwie kolegium pojezuickie.

Do starego miasta wjeżdża się przez rzadki gotycki ceglany most z XIV w. W lipcu turyści mogą przyjechać na Dni Reszla, w czasie których odbywa się mnóstwo imprez kulturalno-sportowych, jak również majowy Reszelski Festiwal Piosenki. Oprócz zamkowego hotelu można znaleźć za przystępną cenę kwatery prywatne lub zamieszkać w gospodarstwach agroturystycznych w okolicy.

Jeziora, lasy i Święta Lipka

Wielkim skarbem okolicy są liczne jeziora oraz wspaniałe lasy. Kilka kilometrów od Reszla, gdzie przy trasie stoją co pewien czas kapliczki tworzące drogę krzyżową, w Świętej Lipce znajduje się jedno z ważniejszych sanktuariów maryjnych. To barokowa bazylika pw. Nawiedzenia Najświętszej Maryi Panny, którą okala odpustowy krużganek, wiele postumentów świętych oraz wewnętrzne, narożne kapliczki. W środku kościoła znajdują się niezwykłe organy z ruchomymi figurkami. Instrumentu można posłuchać na życzenie, składając wcześniej ofiarę. Jak mówią podania z XIV wieku, skazaniec więziony w lochach kętrzyńskiego zamku, za sprawą Matki Boskiej, wyrzeźbił w drewnie Jej figurkę z Dzieciątkiem Jezus. A następnie uwolniony zawiesił na lipie przy drodze z Kętrzyna do Reszla. Od tego momentu, dzięki licznym cudom spowodowanym figurką, powstała kaplica, a później wybudowano kościół.

Oprócz wielkiej rzeszy pielgrzymów Świętą Lipkę odwiedzają również turyści. We wsi czeka na nich baza noclegowo-restauracyjna, a blisko Bazyliki stoją liczni kupcy z kramami, gdzie można zaopatrzyć się w wiele pamiątek i drobiazgów, związanych zarówno ze świętym miejscem, jak również z Warmią i Mazurami.

ROBERT SWACZYŃSKI

REKLAMA

Aż 10% społeczeństwa
cierpi na depresję.

Czy ten problem **dotyczy również Ciebie?**

- smutek ☐
- przygnębienie ☐
- poczucie beznadziejności ☐
- brak radości życia ☐

Jeżeli zaznaczyłaś/eś przynajmniej jedną z powyższych pozycji, depresja może być również Twoim problemem.

W 50% przypadków depresja ustępuje przed upływem trzech miesięcy. **To nie musi trwać aż tak długo.**

Positivum wykazuje skuteczne działanie przeciwdepresyjne **już po 10-14 dniach.**



Positivum
to naturalny lek zawierający ziele dziurawca - substancję **o udokumentowanym działaniu przeciwdepresyjnym**

Depresja?
Pozytywna przemiana w 2 tygodnie.

Positivum, Hyperici herba, 425 mg. Kapsułki twarde. **Wskazania:** Łagodne stany obniżenia nastroju. **Przeciwwskazania:** Nadwrażliwość na składniki produktu leczniczego, nadwrażliwość na światło słoneczne. Nie stosować u dzieci poniżej 6 lat. **Podmiot opowiedziany:** Aflofarm Fabryka Leków Sp. z o.o.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

Ostatni dzwonek dla spóźnialskich



Ponad 4 mln osób nie ma jeszcze wyliczonego kapitału początkowego, potrzebnego do ustalenia przyszłej emerytury – alarmuje Zakład Ubezpieczeń Społecznych. Uzupełnienie tych dokumentów nie jest proste. Jak się do tego zabrać?

Jeszcze w sierpniu ubiegłego roku ZUS ustalił kapitał początkowy ponad 7 milionom osób z 13 mln uprawnionych. Od tego czasu ich liczba spadła, jednak nadal wyliczeń takich nie sporządzono wobec prawie 4 mln osób. Nie dostarczyli oni potrzebnych dokumentów, potwierdzających zarobki i fakt zatrudnienia przed 1999 rokiem. Od 1999 r. ZUS ewidencjonuje składki na ubezpieczenie emerytalne każdej osobie, podlegającej ubezpieczeniom społecznym, na indywidualnym koncie ubezpieczonego. Taki wymóg wprowadziła ustawa emerytalna z 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (Dz.U. 2004 nr 39, poz. 353).

Razem z indywidualnym kontem pojawiło się tam pojęcie kapitału początkowego, czyli sumy składek, jakie zgromadziłby każdy ubezpieczony na koncie przed 1999 rokiem. Kłopot jednak w tym, że firmy państwowe płaciły składki hurtem, zbiorczo za wszystkich pracowników, i dlatego swoje dochody trzeba teraz udowodnić. Powinny tym zająć się osoby urodzone po 31 grudnia 1948 roku, którym emerytura obliczana ma być indywidualnie. Jeśli ktoś do tej pory tego nie zrobił, to może mieć kłopot.

Nie warto zwlekać

W najtrudniejszej sytuacji są osoby, które wkrótce przejdą na emeryturę. Fachowcy oceniają bowiem, że mogą one otrzymać świadczenia nawet o 65-70 proc. niższe, gdyż w tym przypadku świadczenie wyliczane na podstawie kapitału początkowego jest znaczące.

Dokumentację oczywiście można odnaleźć i dostarczyć także później, jednak na wyrównanie strat nie ma co liczyć. Nowe świadczenie zostanie wyliczone od daty dostarczenia nowych papierów. Spóźnialscy nie powinni więc zwlekać, zwłaszcza że z każdym rokiem coraz trudniej będzie udokumentować wysokość osiąganych wcześniej zarobków.

Podstawowymi dokumentami są druk Rp-7 wystawiany przez pracodawcę lub jego dokumentacja płacowa. Pomocna może także być legitymacja ubezpieczeniowa, zawierająca wpisy o okresach zatrudnienia i osiąganych w tym czasie wynagrodzeniach.

– W przypadku braku tego typu dokumentów wysokość zarobków może być potwierdzona innymi wiarygodnymi dokumentami, jak np. umową o pracę lub angażem, a nawet orze-

Kto co może mieć

Dokumentację pracowników zlikwidowanych firm państwowych mógł przejąć:
- następca prawny firmy;
- organ założycielski – np. wojewoda;
- organ nadrzędny – np. ministerstwo.

Dokumenty zlikwidowanych spółek prawa cywilnego lub handlowego powinien zabezpieczyć syndyk albo likwidator.
Wskazówki dotyczące miejsc przechowywania dokumentacji (zwłaszcza spółek zlikwidowanych przed 2002 r.) można uzyskać za pośrednictwem wydziałów sądów rejestrowych, właściwych terytorialnie ze względu na siedzibę firmy.

FOT.: ISTOCKPHOTO.COM (2)

czeniem sądu – wyjaśnia ZUS. Do poświadczenia zatrudnienia dopuszczane są również tzw. dowody pośrednie, jak legitymacja służbowa, wpisy w dowodach osobistych, a nawet pisma kierowane przez zakład pracy do pracownika w okresie zatrudnienia. W wyjątkowych przypadkach mogą to być zeznania świadków. Wszystko to jednak pomoże ustalić sam fakt zatrudnienia i będzie skutkowało jedynie dopisaniem wynagrodzenia na poziomie minimalnej płacy, co w niewielkim stopniu zrekompensuje brak dokumentacji płacowej. Dlatego wciąż warto ją odnaleźć.

Problem jest oczywiście najmniejszy, jeśli dany zakład pracy wciąż istnieje. Znacznie trudniej jest jednak wtedy, gdy firma została zlikwidowana lub przekształcona.

W takim przypadku odnalezienie dokumentacji płacowej może być bardzo kłopotliwe. Mogła ona bowiem trafić w różne ręce, nawet do prywatnych firm, które zajmują się jej przechowywaniem. Zarówno dotarcie do tych papierów jak i ich wydostanie może więc zająć sporo czasu. A w tym przypadku powiedzenie: czas to pieniądz, nabiera wymiernego znaczenia.

KM

Gdzie szukać dokumentów

W poszukiwaniach pomocna może być internetowa ZUS-owska baza danych o zlikwidowanych lub przekształconych zakładach pracy: www.zus.pl. Są tam informacje o miejscu przechowywania dokumentacji osobowej lub osobowej i płacowej pracowników zlikwidowanych zakładów pracy. Brakujących dokumentów można też szukać w archiwach państwowych przy urzędach wojewódzkich, a także w:

- Archiwum Ministerstwa Gospodarki w Warszawie (tel. (22) 870 21 96, www.mg.gov.pl),
- Archiwum Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego (tel. (22) 421 01 00, www.mkidn.gov.pl).

Inne instytucje, które dysponują informacjami o archiwach dokumentów zlikwidowanych przedsiębiorstw:

- Centralny Ośrodek Informacji Archiwalnej, 00-950 Warszawa, ul. Długa 6, skr. poczt. 1005, tel. (22) 635 68 22
- Archiwum Rotacyjne Stowarzyszenia Archiwistów Polskich, ul. Bonifraterska 6, lok. 21, 00-213 Warszawa, tel. (22) 635 87 68
- Krajowa Rada Spółdzielcza, ul. Jasna 1, 00-013 Warszawa, tel. (22) 496 43 00 – przechowuje akta zlikwidowanych spółdzielni. Poszczególnych archiwów zlikwidowanych firm można także szukać poprzez stronę internetową: www.ewidencja.archiwa.gov.pl/.

Więcej czasu na meldunek

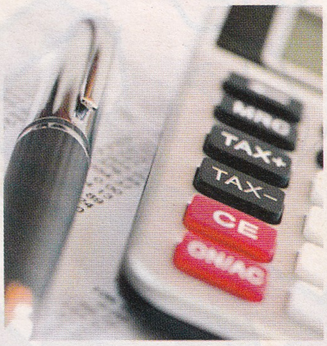
Nowa ustawa o ewidencji ludności zmienia zasady meldowania się.

Od 1 stycznia przyszłego roku, bo wtedy wchodzi w życie nowa ustawa o ewidencji ludności, którą już podpisał prezydent, na zameldowanie się w nowej miejscowości będzie zamiast trzech aż 30 dni. Zniknie także obowiązek meldunku stałego, a większe znaczenie zyska pojęcie miejsca zamieszkania. Na wejście w życie tego drugiego rozwiązania będziemy musieli poczekać do 1 stycznia 2014 r.

Nowe przepisy uchylają artykuł Kodeksu wykroczeń, który za niedopełnienie obowiązku meldunkowego przewidywał karę ograniczenia wolności, grzywny lub karę nagany.

Odsetki mają boleć

Zmieniły się zasady wyliczania stawki odsetek. Zamiast dotychczasowych 10 proc. w skali roku, od 9 listopada mamy o 2 proc. więcej.



Jeszcze do niedawna stawka odsetek podatkowych była na poziomie 200 proc. podstawowej stopy oprocentowania kredytu lombardowego NBP. Zdaniem Ministerstwa Finansów, różnica karnych opłat była zbyt niska w stosunku do oprocentowania kredytów bankowych.

W efekcie wzrosła nie tylko karna stawka podstawowa, ale także ta dotycząca odsetek obniżonych, które się płaci w przypadku całkowitej i szybkiej spłaty zaległości. Obecnie jest to 9 proc.

REKLAMA



Kropka tv



Patent na drożejące papierosy

Palacze znaleźli sposób na stale drożejące papierosy – skręty. I na tym zapewne się nie skończy.

Końcówka tego roku to dla palaczy cios za ciosem. Pierwszym jest wprowadzenie całkowitego zakazu palenia w miejscach publicznych. O ustawie pisaliśmy już kilkakrotnie obszernie na łamach „Kropki". Przypomnijmy więc, że za złamanie zakazu można teraz dostać 500-złotowy mandat. Palić nie można nie tylko w lokalach, ale i podczas imprez masowych oraz na placach zabaw dla dzieci, w pociągach i szpitalach.

Dozwolone to jednak jest w większych lokalach gastronomicznych, ale tylko takich, które wydzielą specjalne zamknięte pomieszczenie ze sprawną wentylacją. W jednej z krakowskich knajp do takiej palarni wchodzi się... przez szafę.

Z początkiem roku przyjdzie kolejne uderzenie – podwyżka akcyzy na papierosy o 4 proc. Jak jednak informuje „Dziennik Gazeta Prawna", palacze już sobie radzą, produkując je na własną rękę. Z wyliczeń gazety wynika, że za cenę paczki papierosów można mieć 40 sztuk skrętów, gdyż tytoń jako półprodukt jest i będzie obciążony niższą akcyzą.

Jak widać, jesteśmy pomysłowym narodem i zapewne z zakazem palenia, tak jak z nadciągającymi podwyżkami, sobie poradzimy. Bo, że tak będzie, to nikt chyba nie ma wątpliwości.

Już pięciolatki biorą korki

Prywatne lekcje pobierają już nie tylko uczniowie podstawówek, ale nawet przedszkolaki – alarmuje „Gazeta Wyborcza".



Wielu rodziców jest bowiem niezadowolonych z tego, że od ubiegłego roku w zerówkach nie ma już nauki czytania. Uważają, że skoro ich dzieci nikt nie uczy tzw. literek, a oni są zabiegani, to tę sprawę najlepiej załatwią za nich wynajęci ludzie. Ceny za takie usługi sięgają 25 zł za 60 minut nauki. Pedagodzy jednak ostrzegają przed takimi praktykami, które uczą dzieciaki, że ktoś za nich wszystko załatwi.

Nawet kanapki nie ma kiedy zjeść

Większość, bo aż 68 proc., Polaków nie ma czasu na spożywanie głównego posiłku w pracy, niemal co druga osoba (39,7 proc.) żywi się tylko kanapkami, a co dziesiąta w pracy nic nie je – alarmuje „Dziennik Polski".

Głodujemy, bo wciąż brakuje nam czasu – podkreśla gazeta. Ci, którym udaje się coś zjeść w pracy, jedzą dwa (42,1 proc.) lub jeden raz (33,3 proc.). Ten jeden posiłek dla czterech na 10 osób to kanapki. Z głodem walczymy zwykle pijąc kawę, wodę, a co ósma osoba idzie po prostu na papierosa.

|OPR. KM

Jesteśmy najbiedniejsi z najbogatszych

Polska jest o krok od dołączenia do najbogatszych państw świata – taki wniosek wynika z ostatniego raportu ONZ o zamożności świata.

Klub bogaczy to obecnie 38 państw. Na pierwszym miejscu jest Norwegia, następnie Australia, Nowa Zelandia, USA. Niemcy plasują się na 10. pozycji.

O miejscu w rankingu decyduje indeks rozwoju społecznego, wyliczany na podstawie poziomu zdrowia, edukacji oraz dochodu na mieszkańca. Zajmujemy obecnie 41. pozycję, na poziomie Portugalii. Wyprzedzają nas jednak Czechy (28. miejsce), Słowacja (31.) oraz Węgry (36.). Za nami są Litwa, Łotwa, Rumunia i Bułgaria.

Największe zaległości mamy w dochodach. W 2007 roku przeciętny Polak zarobił 15 tys. USD, ponad trzy razy mniej niż Norweg i dwa razy mniej niż Niemiec.



FOT.: ISTOCKPHOTO.COM (3)